

PLANIFICACIÓN 3º AÑO EDUCACIÓN FÍSICA 1º TRIMESTRE

CAPACIDADES	CONTENIDOS	METAS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Desarrollar.	Capacidades condicionales (resistencia aeróbica y fuerza. La fuerza y su desarrollo en diferentes grupos musculares., la flexibilidad.	- Que los alumnos logren la capacidad de desarrollar: 40 %	- Descubrimiento guiado - Asignación de tareas. - Resolución de problemas	- Ejercitaciones de reconocimiento del estado de su condición corporal y habilidad motriz en relación con el desafío que la situación le plantea - Ejercitaciones en circuito para el desarrollo de las capacidades condicionales	- ¿Desarrolló actividades para trabajar la aptitud física en función de sus posibilidades y limitaciones motrices?
- Aplicar.	- Habilidades motrices para la resolución de situaciones específicas. Los esquemas motores específicos. Técnicas de movimiento. Habilidades motrices combinadas en situaciones variadas.	- Que los alumnos logren la capacidad de aplicar : 40 %	- Descubrimiento guiado - Asignación de tareas. - Resolución de problemas	- Ejercitaciones de situaciones de juego en donde a través de la técnica se resuelvan los problemas del juego	- ¿Aplicó variedad de actividades motrices, con ajuste técnico y en función de los distintos juegos y deportes propuestos?
- Conocer y aplicar	- La estructura de cada juego deportivo o deporte, finalidad, estrategias, habilidades motoras y comunicación. La resolución táctica en ataque y defensa. Habilidades motrices propias del juego y su integración como habilidades socio motrices.	- Que los alumnos logren la capacidad de conocer y aplicar: 40 %	- Instrucción directa - Asignación de tareas. - Resolución de problemas	- La comprensión de los elementos constitutivos de las diferentes prácticas deportivas. - Acciones deportivas adecuadas y definidas de ataque y defensa.	- ¿ Conoció y aplicó a través de las habilidades la estrategias de los deportes
- Ajustar y aplicar	- Acciones deportivas adecuadas y definidas de ataque y defensa. La relación entre la táctica y la estrategia con las reglas de actividades corporales, juegos y deportes. Elaboración de esquemas tácticos. Equipo y grupo: roles y funciones.	- Que los alumnos logren la capacidad de ajustar y aplicar: 40 %	- Descubrimiento guiado - Asignación de tareas. - Resolución de problemas	- Actuación en prácticas deportivas diversas, recreando su estructura, integrándose y valorando a sus pares, sin discriminación por género ni experiencia motriz	¿Ajustó y aplicó adecuadamente los distintos sistemas de juego en las situaciones jugadas?