 Coordinación Nivel II

***GUÍA DEL ALUMNO***

1. ***DATOS GENERALES***

TRIMESTRE : II

CURSO : EDUCACIÓN FÍSICA

GRADO : 1ro “A” - “B” y “C"

PROFESOR : LIC. FLAVIO YGNACIO TORRES

HORAS SEMANALES : 04

1. ***UNIDADES DE LA ASIGNATURA***

|  |  |
| --- | --- |
| TRIMESTRE | **UNIDAD III** |
| **II** | **Practiquemos los fundamentos técnicos del voleibol comprendiendo su reglamentación.** |

1. ***CONTENIDOS DE OBJETIVOS FUNDAMENTALES E INDIVIDUALES DEL II TRIMESTRE***

**3.1. COMPETENCIA: SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS**

**DE SU MOTRICIDAD.**

**3.2. CAPACIDAD:**

* **Comprende su cuerpo**
* **Se expresa corporalmente**

**3.3. COMPETENCIA: ASUME UNA VIDA SALUDABLE**

**3.4. CAPACIDAD:**

* **Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.**
* **Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida**

**3.5. COMPETENCIA: INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES**

**SOCIOMOTRICES.**

**3.6. CAPACIDAD:**

* **Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices**
* **Crea y aplica estrategias y tácticas de juego**

**DURACIÓN:** **03 DE JUNIO AL 19 DE JULIO**

**CONTENIDOS FUNDAMENTALES E INDIVIDUALES**

* **Conoce las reglas del Voleibol y el desarrollo de mis capacidades físicas en la familiarización con el balón a través del Voleibol.**
* **Ejecuto en coordinación y equilibrio el fundamento técnico de la forma de realizar el voleo con balón en movimiento en el voleibol.**
* **Ejecuto en coordinación y equilibrio el fundamento técnico, de la forma de recepción el balón con el antebrazo en movimiento en el voleibol.**
* **Desarrollo mis capacidades físicas en esta actividad en los fundamentos y las técnicas del voleo, antebrazo y pase con el balón de dirección en el Voleibol**
* **Desarrollo en esta actividad en el fundamento y las técnicas de los diferentes tipos de saques, con el balón en movimiento en el Voleibol.**
* **Desarrollo en esta actividad en el fundamento y las técnicas del bloqueo, aplicación en el juego lo aprendido con su reglamentación en el Voleibol**

**CONTENIDOS INDIVIDUALES**

* **Lograr un correcto voleo, recepción y la ejecución del saque de balón utilizando la técnica aprendida y desarrolladas en las clases de voleibol.**

1. ***ORIENTACIONES METODOLÓGICAS***

1.- Es importante escuchar con mucha atención tanto en el aula como en el campo deportivo, las indicaciones que menciona el profesor en las cargas de trabajo, ya que facilitará el correcto desarrollo de las actividades y de tu aprendizaje.

2.-**La presentación del kit de aseo es obligatorio. (Polo adicional, toalla y desodorante)**

**3.-Al momento de salir del aula hacia el campo deportivo es un aspecto actitudinal importante, por lo tanto, nos trasladamos en silencio y en orden al ir y al regresar al aula.**

**4.- Para poder iniciar una sesión de clase es necesario contar con el uniforme completo de Educación Física (Polo con la insignia del colegio, short blanco con rayas verdes, medias altas (no tobilleras) y zapatillas BLANCAS. (OBLIGATORIO)**

**5.-Se puedes utilizar un polo totalmente blanco (no estampado y sin marca deportiva), para la práctica deportiva o recreativa**

**6.- El buzo es un complemento de la vestimenta de Educación física. No se puede usar en el desarrollo de la clase.**

7.-Los alumnos que no alcancen los objetivos fundamentales, trabajarán los objetivos individuales de profundización.

8.-Una vez terminada la práctica los alumnos deberán participar en la actividad final que el profesor les asigne.

***V. Recursos*, medios y materiales.**

* Power Point.
* Videos
* Reglamentos.
* Material deportivo

**VI. SISTEMA DE EVALUACIÓN.**

1. ***Inicio****:* Evaluación, saberes previos
2. ***Desarrollo.*** Lista de cotejo, guía de observación, participación activa en clase.
3. ***Cierre:*** Retroalimentación y evaluación de la unidad.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Sistema de evaluación*** | ***¿Qué se evaluará?*** |
| ***Proceso*** | Evaluación del trabajo en el campo.  Trabajos de investigación Individuales.  Monitoreo en las clases de educación física  Control de actividades en cada sesión  Examen de Control: al finalizar el desarrollo de objetivos fundamentales. e individuales |
| ***Final*** | Evaluación de unidad. |