

## **Programa de Alumno Regular**

**Espacio curricular: C. A. Educación Física**

**Deporte: Cestobol mixto categorías juveniles, cadetes y menores.**

**Nombre del proyecto: CRECIENDO EN VALORES**

**Profesoras a cargo: Chagaray Daniela - Bosetti Maricel**

**Cursos que comprende: 1ro a 5to TM y TT**

### **FUNDAMENTACIÓN:**

El Cestoball es un deporte en equipo. Como otros deportes en conjunto, en él se desarrollan las diferentes cualidades físicas, los aspectos psicológicos y valores sociales de cada una de las personas que lo practica.

Además de sus particulares características tácticas y técnicas, y la dinámica que su juego implica, estimula un amplio sentido de cooperación entre quienes participan, ya que al no picar la pelota la única opción para jugarla es hacerse pases con los compañeros. Esto hace que los jugadores deban desplazarse constantemente para jugar o recuperar la pelota, para lo cual es imprescindible la utilización de formas físicas básicas (correr, saltar, lanzar, recibir), estimulando también la resistencia aeróbica y anaeróbica, la fuerza, la velocidad y coordinación específica que se requiere ante la necesidad de realizar pases precisos y lanzamientos al Cesto con eficiencia.

La infraestructura que su práctica requiere es escasa (aros, pelota y una cancha), posibilitando la socialización e integración de un gran número de personas con poco material y en un espacio pequeño, en una actividad lúdica.

Ante las dificultades que se plantearon por la pandemia, se trató de respetar los contenidos de las unidades a desarrollar adaptando todo el trabajo hacia los hogares como nuevos escenarios de trabajo, lo que implicó seleccionar los contenidos que se puedan adaptar en ellos para darle significatividad a las prácticas motrices.

<b>DEPORTE</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>Actividades</b>	<b>CAPACIDADES CLAVES</b>
----------------	-------------------	--------------------	---------------------------

Cestobol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidades físicas. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuerza, velocidad.</li> <li>- Resistencia.</li> <li>- Coordinación, equilibrio potencia.</li> </ul> </li> <li>• Pases, recepción, lanzamientos, desplazamientos.</li> <li>• Funciones de los jugadores.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de 1 circuitos de fuerza y resistencia que abarque 6 grupos musculares.</li> <li>• Breve resumen de las reglas de juego mediante un power point explicado de manera oral.</li> <li>• Realización de un video donde se demuestre la ejecución de pases, recepción, lanzamientos y desplazamientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a aprender</li> <li>• Compromiso y responsabilidad</li> <li>• Pensamiento crítico</li> <li>• Resolución de problemas</li> </ul>
----------	---	---	---

### **Criterios de Evaluación de este programa adaptado de contenidos 2020 - 2021**

- Participación de los alumnos en trabajos solicitados a través de aulas virtuales.
- Entrega a tiempo de los trabajos solicitados.
- Interpretación de consignas.
- Identificación de las capacidades físicas: Fuerza, resistencia y coordinación, a través de las actividades planteadas.
- Articular la teoría y la práctica, en función de los contenidos planteados.
- Reconocer las reglas básicas del Deporte.

#### ***Recursos:***

##### **· Materiales:**

Documentación subida en la plataforma.

Constar con los recursos necesarios en caso de que la evaluación fuera de manera virtual, tener elementos tecnológicos para el encuentro por meet, y cámara.

Si son presenciales; asistir con el uniforme correspondiente, y con su kit sanitario personal.

##### **· Humanos:** Docentes y Estudiantes

Evaluación y calificación:

- La evaluación será formativa a llevarse a cabo durante el período de acompañamiento del trayecto 2021 Mayo a septiembre.
- El producto final y la entrega de tareas es individual.
- El 70% del proceso de aprendizaje y desempeño de los estudiantes, será mediante las actividades propuestas para trabajar en clases. Los cuales es de suma importancia la asistencia al 100% y tener todos los recaudos necesarios para la conexión y con la utilización de la cámara y micrófono para que se pueda certificar las actividades. Y de ser presenciales deberá asistir a todos los encuentros propuestos y realizar todas las actividades planteadas.
- Y 30% restante, será lo que es enviado en el aula virtual con la producción final.

**Profesoras: Chagaray Daniela- Bosetti Maricel**