

CIENCIAS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE (Optativa 2º bachillerato)

BLOQUES DE CONTENIDOS

Actividad Física y Calidad de Vida.

Se abordan en este bloque los tres aspectos básicos de la salud y calidad de vida: bienestar físico, mental y socio-emocional, a través del desarrollo personalizado y autónomo de un programa de actividad física, adecuado a las características personales.

Organización y gestión de la actividad física como futuro profesional.

Se centra en el diseño, programación y desarrollo de actividades físico-deportivas variadas.

Resolución de problemas en situaciones motrices.

Aporta la posibilidad de perfeccionar los conocimientos técnico tácticos de determinados deportes o habilidades,

Investigación, acceso y uso de la información en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Se adentra en la sociedad del conocimiento, haciendo partícipe al alumnado de las nuevas herramientas tecnológicas,

Manifestaciones de la Cultura motriz.

Ofrece la posibilidad de perfeccionar las habilidades técnico tácticos de determinados juegos y deportes

Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

Incluye los saberes relacionados con la promoción y participación en actividades físico-deportivas en entornos naturales y urbanos,

En definitiva, se trata de no abandonar la Actividad Física en 2º de Bachillerato, intentando conseguir, gracias a ella, mejoras físicas, emocionales y cognitivas. Para ello se desarrollarán entrenamientos, juegos y deportes consensuados con el alumnado, según sus intereses, pudiendo incluir, si hay un número suficiente de interesados, salidas a realizar Actividades en la Naturaleza como esquí, orientación, vela, etc.