



**Colegio de María**

Instituto de las Hermanas  
Esclavas del Corazón de Jesús



*150 años de amor y reparación*

**CICLO: Básico**

**PROFESOR: HUESPE, Luis; Queirolo Fernanda**

**PROGRAMA DE Educación Física**

**CURSO: 2A-2B**

**CICLO LECTIVO: 2022**

UNIDAD	CONTENIDOS	CONCEPTOS BÁSICOS
<b>UNIDAD 1: El Cuerpo y sus posibilidades</b>	Entrada en calor. Capacidades condicionales y coordinativas Momentos previos y posteriores a la actividad. Perjuicios	Fuerza Resistencia Velocidad Salud e Higiene Adolescencia
<b>Iniciación al Deporte Hándbol</b>	Pase y recepción Dribling Lanzamiento Fintas y amagues Ritmo de tres tiempos Principio de ataque y defensa Juego	Reglamento Pase y va Pase sobre hombro. Pase con pique Pase de revés Sistema 3 vs 3 Reglamento
<b>UNIDAD 2: Iniciación al Deporte Vóley</b>	Manejo alto Manejo Bajo Saque de abajo Saque de arriba Juego reducido Tácticas de juego.	1 vs 1 2vs 2 3 vs 3 4vs 4 5vs 5 6vs 6

**Colegio De María**

Hermanas Esclavas del Corazón de Jesús (Argentina)  
David Luque 560 - B° Gral. Paz - 5000 - Córdoba - Argentina  
Tel-Fax: 0351- 4522711 - 4524820 - www.colegiodemaria.com.ar



*150 años de amor y reparación*

<b><u>Cuerpo Humano</u></b>	Sistema circulatorio Aparato digestivo Aparato respiratorio	Cuerpo humano Actividad Física Hábitos Huesos Músculos
<b><u>Unidad N° 3</u></b> <b>Iniciación al Deporte Escolar: Básquet</b>	Pase y recepción Dribling Lanzamientos Fintas y amagues. Reglamento y recepción	Reglamento Técnicas Tácticas Posiciones
<b><u>Unidad N° 4</u></b> <b>Vida en la Naturaleza</b>	Nudos y amarres Preparación de fuegos Armado de mochila Actividades campamentiles	Nudos simples, ballestrinque Pescador, alondra.

**Criterios de evaluación:** Afirmación de las aptitudes para el juego y la práctica deportiva, con actitud lúdica y sentido solidario/ cooperativo.

Respeto por las normas de trabajo, por las habilidades propias y ajenas, por los docentes, los espacios y los materiales de Educación Física.

**Bibliografía:** Educación Física para en nivel medio. Ruiz y Merresa. Editorial Comunicarte.

Reglamento de deportes Apuntes

**Colegio De María**

Hermanas Esclavas del Corazón de Jesús (Argentina)  
David Luque 560 - B° Gral. Paz - 5000 - Córdoba - Argentina  
Tel-Fax: 0351- 4522711 - 4524820 - [www.colegiodemaria.com.ar](http://www.colegiodemaria.com.ar)