



Colegio de María

Instituto de las Hermanas
Esclavas del Corazón de Jesús

CICLO: BÁSICO

PROFESOR/A: DIEGO ALVAREZ DRAGO

PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA

CURSO: 2° A

CICLO LECTIVO: 2024

UNIDAD	CONTENIDOS	CONCEPTOS BÁSICOS
UNIDAD 1: <u>ENTRADA EN CALOR Y VUELTA A LA CALMA</u>	Momentos previos y posteriores a la actividad Beneficios Perjuicios	<ul style="list-style-type: none">● Entrada en calor● Activación● Preactividad● Vuelta a la calma● Elongación● Postactividad
UNIDAD 2: <u>HANDBALL</u>	Diferentes tipos de pases Recepción en diferentes situaciones Lanzamientos Formas de juego	<ul style="list-style-type: none">● Reglamento interno● Pase● Recepción● Lanzamiento
UNIDAD 3: <u>BÁSQUET</u>	Nociones generales del juego Posiciones Lanzamientos de diferentes distancias	<ul style="list-style-type: none">● Traslados● Cortinas● Pase-recepción● Tiros
UNIDAD 4: <u>VOLLEY</u>	Manejo alto Manejo bajo Ubicación en el espacio	<ul style="list-style-type: none">● Decisión● Ubicación● Espacios libres● Posiciones
UNIDAD 5: <u>CAPACIDADES MOTORAS</u>	Desarrollo y ejercitación de la fuerza, resistencia y velocidad. Correcta ejecución de la técnica de cada ejercicio Importancia y cuidado del propio cuerpo	<ul style="list-style-type: none">● Fuerza● Resistencia● Velocidad

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



Colegio de María

Instituto de las Hermanas
Esclavas del Corazón de Jesús

Criterios de evaluación para el examen: realización y participación de las actividades propuestas, construcción de elementos para el desarrollo de la clase. Cuidado del propio cuerpo y el del resto. Apropiación de contenidos nuevos para la materia en general.

BIBLIOGRAFÍA (alumno)

- EDUCACIÓN FÍSICA Tercer y cuarto curso ESO. Laviña y Benabarre Casals. Ediciones del Serbal
- EDUCACIÓN FÍSICA para el nivel medio. Ruiz y Merresa. Ed. Comunicarte
- Diferentes trabajos actualizados de investigación
- Diferentes videos seleccionados de internet
- Diccionario de la Real Academia Española

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