

	<b>INSTITUTO PARROQUIAL</b>  <b>MONTE CRISTO</b>  <b><u>PROGRAMA</u></b>			<b>Ciclo Lectivo</b>  <b>2021</b>
	<b>Espacio curricular</b> EDUCACIÓN FÍSICA			
<b>Curso</b>	1ro, 2do y 3ro	<b>División</b>	A y B	<b>Ciclo Básico</b>
<b>Docente</b>	Enrico Susana, Torres Escobares Aquiles, Cardarelli Fabian			

EJES	CONTENIDOS	CONCEPTOS BÁSICOS
Prácticas corporales, motrices y ludomotrices referidas a la disponibilidad de sí mismo.	<b>Núcleo 1</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Resistencia general aeróbica.</li> <li>➤ Fuerza (abdominal, pierna, pectoral y brazo).</li> <li>➤ Flexibilidad (tren superior e inferior).</li> <li>➤ Velocidad (reacción y traslación).</li> <li>➤ Destreza: Roles (adelante y atrás, media luna, Rondeau, vertical de manos y cabeza).</li> <li>➤ Coordinación dinámica general.</li> </ul>	Gimnasia.
	<b>Núcleo 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Carreras de velocidad</li> <li>➤ Carreras de Relevos 4x100</li> <li>➤ Partidas Baja y Alta.</li> <li>➤ Saltos en largo y Triple.</li> <li>➤ Salto en alto (Tijera).</li> <li>➤ Lanzamientos (Bala o Peso, Disco y Jabalina).</li> <li>➤ Reglas Básicas de las diferentes pruebas de pista y campo.</li> </ul>	Atletismo.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Coherencia y cohesión en el discurso  
 Uso de vocabulario específico  
 Apropiación de los contenidos  
 Vivenciar las distintas pruebas atléticas con su técnica y reglamentación.  
 Participación activa y entusiasta en actividades lúdicas.  
 Cumplimiento en la entrega de trabajos.

## BIBLOGRAFÍA

### Del docente

- Juegos pre deportivos en grupos. Editorial Paidotribo.
- Deportes y juegos en grupos. Editorial Kapelusz.
- Técnicas atléticas. Editorial Stadium.
- Técnicas de recreación. Editorial Stadium.
- Hándbol Juegos para el entrenamiento. Editorial Stadium.
- Voleibol del aprendizaje a la competición. Editorial Pila Teleña.

### Del alumno

- Walter Kraft (2000). Aprendiendo a jugar al básquetbol en la escuela. Editorial Stadium.
- Victor Loise (2000). Aprendiendo a jugar al hándbol en la escuela. Editorial Stadium.
- Ricardo Crosta (2000). Aprendiendo a jugar al fútbol en la escuela. Editorial Stadium.
- (2000). Aprendiendo a jugar al Vóleibol en la escuela. Editorial Stadium.
- Reglamento de Softbol, Atletismo y hockey. Editorial Stadium