

	INSTITUTO PARROQUIAL MONTE CRISTO <u>PROGRAMA</u>			Ciclo Lectivo 2022
Asignatura	EDUCACIÓN FÍSICA			
Curso	3ro	División	A y B	Ciclo Básico
Docente	Enrico Susana, Torres Escobares Aquiles, Cardarelli Fabian			

EJES	CONTENIDOS	CONCEPTOS BÁSICOS
	<p>Unidad: Gimnasia.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Resistencia general aeróbica. ➤ Fuerza (abdominal, pierna, pectoral y brazo). ➤ Flexibilidad (tren superior e inferior). ➤ Velocidad (reacción y traslación). ➤ Destreza: rondo, Yuste. ➤ Secuencia de destrezas. ➤ Coordinación dinámica general. 	<p>Resistencia.</p> <p>Flexibilidad.</p> <p>Fuerza.</p> <p>Velocidad.</p>

	<p>➤ Reglas: Terreno de juego (líneas, medidas, zonas y altura de la red), Cantidad de jugadores, Cantidad de toques permitidos individual y por equipos, rotación.</p> <p>Unidad: Básquetbol</p> <p>➤ Pase de pecho. ➤ Pase de pecho con pique. ➤ Dribling (de protección y velocidad). ➤ Cambio de dirección (de faja). ➤ Lanzamiento (a pie firme). ➤ Ritmo de dos tiempos (bandeja). ➤ Pase sobre hombro. ➤ Pase sobre cabeza. ➤ Desplazamiento defensivo. ➤ Pivot. ➤ Juego Reducido: 3 vs.3. ➤ Reglas: Tiempo de juego, 8 segundos, terreno de juego, 24 segundos, vuelta de campo, comportamiento con el adversario.</p>	<p>Pases. Dribling. Lanzamientos. Pivot. Bandeja. Juego.</p>
--	---	---

	<p>Unidad: Fútbol</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Conducción: Cambio de dirección. ➤ Pase y recepción. ➤ Remate al arco: Con pase previo y sin detención y con cara externa. ➤ Cabeceo. ➤ Posición y desplazamiento defensivo. ➤ Recepción del balón (bajo, medio y alto) ➤ Remate con pase previo (cara interna y empeine) ➤ Juego reducido y formal. ➤ Reglas: Terreno de juego, tiempo de juego, forma de jugar la pelota, comportamiento con el adversario. <p>Unidad: Softbol</p>	<p>Conducción.</p> <p>Pase, recepción.</p> <p>Remates.</p> <p>Cabeceo.</p> <p>Juego.</p>
--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Auto bateo. ➤ Bateo. ➤ Lanzamiento: Bajo cadera desde 12 m. ➤ Pase y recepción: Medio, bajo y alto. ➤ Reglas: Terreno de juego, ubicación de los jugadores, Formas de quemar el adversario, robo de bases. <p>Unidad: Hockey</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Conducción: Cambio de dirección. ➤ Dribbling ➤ Pase y recepción. ➤ Pegada al arco. ➤ Juego: 1 vs. 1, 2 vs.2. ➤ Reglas: Terreno de juego, tiempo de juego, elementos de juego, comportamiento con el adversario. 	<p>Bateo.</p> <p>Lanzamiento.</p> <p>Pase, recepción.</p> <p>Conducción.</p> <p>Pase, recepción.</p> <p>Dribbling.</p> <p>Juego.</p>
CRITERIOS DE EVALUACIÓN		

<p>Vocabulario respetuoso, apropiado y específico</p> <p>Participación en clase</p> <p>Respeto y responsabilidad</p> <p>Cuidado del material didáctico propio y ajeno</p> <p>Respeto y valoración por las producciones propias y ajenas</p>	
BIBLOGRAFÍA	
Del docente	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos pre deportivos en grupos. Editorial Paidotribo. • Deportes y juegos en grupos. Editorial Kapelusz. • Técnicas atléticas. Editorial Stadium. • Técnicas de recreación. Editorial Stadium. • Handball Juegos para el entrenamiento. Editorial Stadium. • Voleibol del aprendizaje a la competición. Editorial Pila Teleña. • Técnicas, velocidad y ritmo en el fútbol. Editorial Paibotribo.
Del alumno	<ul style="list-style-type: none"> • Walter Kraft (2000).Aprendiendo a jugar al básquetbol en la escuela. Editorial Stadium. • Victor Loise (2000).Aprendiendo a jugar al hándball 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 Sóftbol, Atletismo y hockey. Editorial Stadium

