



1816 - Bicentenario de la Declaración de la Independencia - 2016

ASIGNATURA: Educación Física
ÁREA: Educación Física
PROFESOR/A: Vazquez antonio
AÑO/DIVISIÓN/MODALIDAD: 1° A Técnico
CICLO LECTIVO: PAAEPA 2016-2017

PROGRAMA
PAAEPA DICIEMBRE 2016 - FEBRERO 2017

PRIMER TRIMESTRE

UNIDAD Nº 1: Formación Física Básica

Resistencia Aeróbica 10 minutos – Fuerza Extensora de brazos – Fuerza Abdominal

UNIDAD Nº 2: VOLEY

Pase de manos altas – Pase de manos bajas – Juego 1 vs 1, 2 vs 2 en espacio reducidos.
Nociones básicas de reglamento.

UNIDAD Nº 3: Hándbol

Pase de hombro – Dribling y dribling de contraataque – Lanzamiento de hombro – Lanzamiento en suspendido - Juego con defensa personal en toda la cancha. Reglamento

SEGUNDO TRIMESTRE

UNIDAD Nº 1: Formación Física Básica

Resistencia Aeróbica 10 minutos – Fuerza Extensora de brazos – Fuerza Abdominal

UNIDAD Nº 2: VOLEY

Pase de manos altas – Pase de manos bajas – Juego 1 vs 1, 2 vs 2 en espacio reducidos.
Nociones básicas de reglamento

UNIDAD Nº 3: BASQUETBALL

Pase de pecho – Dribling de protección, de avance y contraataque – Lanzamiento de pecho – Juego 1 vs 1, 2 vs 2 y 3 vs 3 .Nociones básicas de reglamento

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD Nº 1: Formación Física Básica

Resistencia Aeróbica 10 minutos – Fuerza Extensora de brazos – Fuerza Abdominal

UNIDAD Nº2: Hándbol

NIVEL SECUNDARIO

“Con Jesús”



COLEGIO LEÓN XIII A-119
INSTITUCION SALESIANA - OBRA DE DON BOSCO
Dorrego 2124 (1414) CIUDAD DE BUENOS AIRES
SECUNDARIO@INSTITUTOLEONXIII.EDU.AR / WWW.LEONXIII.COM.AR

1816 - Bicentenario de la Declaración de la Independencia - 2016

Pase de hombro – Dribling y dribling de contraataque – Lanzamiento de hombro – Lanzamiento en suspendido - Juego con defensa personal en toda la cancha. Reglamento

UNIDAD Nº 3: BASQUETBALL

Pase de pecho – Dribling de protección, de avance y contraataque – Lanzamiento de pecho – Juego 1 vs 1, 2 vs 2 y 3 vs 3 .Nociones básicas de reglamento

OBSERVACIONES DEL DOCENTE:

CARPETA / TRABAJOS PRÁCTICOS / PROYECTOS / INFORMES / MATERIALES / ETC. a presentar

.....
.....

BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA

..Reglamento Handball

.....



COLEGIO LEÓN XIII A-119
INSTITUCION SALESIANA - OBRA DE DON BOSCO
Dorrego 2124 (1414) CIUDAD DE BUENOS AIRES
SECUNDARIO@INSTITUTOLEONXIII.EDU.AR / WWW.LEONXIII.COM.AR

1816 - Bicentenario de la Declaración de la Independencia - 2016



COLEGIO LEÓN XIII A-119
INSTITUCION SALESIANA - OBRA DE DON BOSCO
Dorrego 2124 (1414) CIUDAD DE BUENOS AIRES
SECUNDARIO@INSTITUTOLEONXIII.EDU.AR / WWW.LEONXIII.COM.AR

1816 - Bicentenario de la Declaración de la Independencia - 2016