



PROGRAMA CICLO LECTIVO 2019

AREA: EXPRESION

ASIGNATURA: EDUCACION FISICA

AÑO: 1º

PROFESOR/A: CAPOZZO SERGIO-MALLEVILLE JORGE

OBJETIVOS GENERALES DEL AREA:

OBJETIVOS DE LA ASIGNATURA

- IDENTIFICAR Y PONER EN JUEGO LAS CAPACIDADES MOTRICES.
- APLICAR CRITERIOS Y PRINCIPIOS PROPIOS DE LA EDUCACION FISICA.
- AFIANZAR LA IMAGEN DE SI Y AUTOEVALUAR SU DESEMPEÑO.
- RESOLVER PROBLEMAS EN LAS SITUACIONES MOTRICES.
- ASUMIR ACTITUDES DE RESPONSABILIDAD, SOLIDARIDAD Y RESPETO.
- PARTICIPAR EN EL DESARROLLO, ORGANIZACIÓN Y GESTION DE INTERCAMBIOS O ENCUENTROS.

EJES	CONTENIDOS TRONCALES
<u>EL PROPIO CUERPO</u>	RESISTENCIA 8’ SIN DETENERSE- ABDOMINALES 30 REPETICIONES- ESPINALES 30 REPETICIONES- EXTENSIONES DE BRAZOS 15 REPETICIONES- SALTOS A UNA SOGA A UNO Y OTRO LADO 15 REPETICIONES.
<u>EL PROPIO CUERPO</u>	HANDBALL:PASE –RECEPCION-DRIBLING: EL ALUMNO RECIBE EL PASE DE UN COMPAÑERO SE DESPLAZA ENTRE 3 CONOS HACIENDO DRIBLINGCON UNA MANO, PASA LA PELOTA E INMEDIATAMENTE RECIBE LA DEVOLUCION PARA DRIBLEAR ENTRE OTROS 3 CONOS PERO CON LA OTRA MANO, PASADOS LOS CONOS SE DESPLAZA HACIENDO TRES PASOS Y LANZA AL ARCO.
<u>EL PROPIO CUERPO Y EL MEDIO FISICO</u>	FUTBOL:CONDUCCION-PASE Y RECEPCION: CONDUCCION DEL BALON CON EL PIE EN LINEA RECTA PASANDO POR DETRÁS DE UN CONO Y AL REGRESAR PASAR EL BALON EN FORMA LIBRE Y RECIBIRLO NUEVAMENTE. VOLEY:GOLPE DE MANOS ALTAS Y SAQUE DE ABAJO
<u>EL PROPIO CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</u>	TEORICO: REGLAMENTO DE FUTBOL-HANDBALL-VOLEY-

BIBLIOGRAFIA: REGLAMENTOS DE FUTBOL, HANDBALL Y VOLEY

FIRMA:

ACLARACION: