



Instituto Ntra. Sra. de Luján
HH. MM.

PROGRAMA 2018

MATERIA: Educación Física

DOCENTE: Ramos, María Sol

CURSO: 1ro

DIVISIÓN: C

CONTENIDOS / UNIDADES:

1. **Unidad 1: Capacidades condicionales (Teórico)**
2. **Unidad 1: La resistencia y velocidad como base de las actividades deportivas. La flexibilidad general.**
3. **Unidad 2: Juegos deportivos y predeportivos, su construcción y análisis crítico: Voley (Teórico - Práctico) Reglas básicas, golpe de manos altas y golpe de manos bajas.**
4. **Unidad 3: Iniciación al Básquet. En el juego: pique, pase de pecho, entrada en bandeja.**
5. **Unidad 3: Iniciación al Handball / Fútbol (Práctico)**

Condiciones para rendir el examen:

- ✓ Presentarse con UNIFORME COMPLETO y LIBRETA de comunicados.
- ✓ Respetar el horario de inicio de la Comisión Evaluadora, con una tolerancia no mayor a 20 min.
- ✓ Presentar un mapa conceptual que integre todos los contenidos de la materia.

Alumnos en situación de No Promoción (por inasistencias) y con promedio final 7 o más:

Núcleos temáticos obligatorios para estudiar:

1. **Capacidades condicionales (Teórico)**
2. **La resistencia y velocidad como base de las actividades deportivas. La flexibilidad general.**
3. **Juegos deportivos y predeportivos, su construcción y análisis crítico. Voley: Reglas básicas, golpe de manos altas y golpe de manos bajas (Teórico-Práctico)**
4. **Juegos deportivos y predeportivos, su construcción y análisis crítico. Basquet: Pique, pase de pecho, entrada en bandeja**

Condiciones para rendir el examen:

- ✓ Presentarse con UNIFORME COMPLETO y LIBRETA de comunicados.
- ✓ Respetar el horario de inicio de la Comisión Evaluadora, con una tolerancia no mayor a 20 min.
- ✓ Presentar un mapa conceptual que integre todos los contenidos de la materia.