



ASIGNATURA: Educación Física
ÁREA:
PROFESOR/A: Silvina De Francesco
AÑO/DIVISIÓN/MODALIDAD: 3° A BAECO
PAAEPA DICIEMBRE 2017 – FEBRERO 2018

PROGRAMA
PAAEPA DICIEMBRE 2017 - FEBRERO 2018

PRIMER TRIMESTRE / CUATRIMESTRE (PARA CP)

UNIDAD Nº 1

FORMACION FISICA: RESISTENCIA AEROBICA, TRABAJOS DE ACCION Y REACCION, FUERZA Y FLEXIBILIDAD, FUERZA ABDOMINAL Y FUERZA DE BRAZOS.

UNIDAD Nº 2

FORMACION –TACTICA-TECNICA:
HANDBALL: TIRO SUSPENDIDO, FINTAS Y AMAGUES, SUSPENDIDO A LA CARRERA.
VOLEY: SAQUE DE ABAJO, RECEPCION Y ARMADO POR TRES.

ASPECTOS REGLAMENTARIOS AMBOS DEPORTES.

SEGUNDO TRIMESTRE / CUATRIMESTRE (PARA CP)

UNIDAD Nº 3

FORMACION FISICA: RESISTENCIA AEROBICA, TRABAJOS POR CIRCUITOS DE FUERZAS Y FLEXIBILIDAD, FUERZA ABDOMINAL Y FUERZA DE BRAZOS.

UNIDAD Nº 4

FORMACION TACTICA-TECNICA:
HANDBALL: TIRO SUSPENDIDO CON FINTA Y GIRO, FINTAS, TIRO DE PUNTA, JUEGO.
VOLEY: INICIACION AL SAQUE DE ARRIBA, RECEPCION A POSICION TRES Y DOS, JUEGO 4 VS 4.

ASPECTOS REGLAMENTARIOS AMBOS DEPORTES.

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD Nº 5

FORMACION FISICA: RESISTENCIA AEROBICA: CIRCUITOS DE ACCION Y REACCION, FUERZA ABDOMINAL Y FUERZA DE BRAZOS.

UNIDAD Nº 6

FORMACION TECNICA-TACTICA:
HANDBALL: CONTRAATAQUE ESCALONADO, INICIACION A LA TRENZA, TIROS CON FINTA, JUEGO 6 VS 6.
VOLEY: TRIANGULACION MOVIL, SAQUES, ARMADO, JUEGO 4 VS 4.

ASPECTOS REGLAMENTARIOS DE AMBOS DEPORTES.

OBSERVACIONES DEL DOCENTE:

- Indicadores de logro
- Bibliografía obligatoria
- Entregables
- Otras

NIVEL SECUNDARIO



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

NIVEL SECUNDARIO



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

NIVEL SECUNDARIO



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

NIVEL SECUNDARIO