



ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
PROFESOR/A: PEÑA PABLO
AÑO/DIVISIÓN/MODALIDAD: 1° B BACHILLER
PAAEPA DICIEMBRE 2017 – FEBRERO 2018

PROGRAMA
PAAEPA DICIEMBRE 2017 - FEBRERO 2018

PRIMER TRIMESTRE

UNIDAD Nº 1: "PRACTICA DEPORTIVA I y FORMACIÓN FÍSICA I"

- VOLEY: -golpe de manos altas;
- juego 2vs2.
- BASQUET:
 1. PRÁCTICO: -pase y corte;
-desplazamientos ofensivos.
 2. TEÓRICO: -fundamentos básicos del reglamento
-posiciones y características de los jugadores
- FORMACION FISICA: - Resistencia aeróbica
- Fuerza abdominal
- Fuerza extensora de brazos

SEGUNDO TRIMESTRE

UNIDAD Nº 2: "PRACTICA DEPORTIVA II y FORMACIÓN FÍSICA II"

- VOLEY: -golpe de manos bajas;
-saque;
- juego 3vs3, triangulación;
- HANDBOL:
 1. PRÁCTICO: - lanzamiento suspendido,
- juego reducido 4 vs. 4
 2. TEÓRICO: -fundamentos básicos del reglamento.
- FORMACION FISICA: -Capacidades Coordinativas

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD Nº 3: "PRACTICA DEPORTIVA III y FORMACIÓN FÍSICA III"

- VOLEY:
 1. PRÁCTICO: -saque de arriba;
-remate.
 2. TEÓRICO: -fundamentos básicos del reglamento.

OBSERVACIONES DEL DOCENTE:

- **Indicadores de logro** Indicadores de logro: Desarrollo armónica de los fundamentos prácticos, y conocimiento de los fundamentos teóricos.
- **Bibliografía obligatoria:** Reglamentos de los deportes

NIVEL SECUNDARIO