



**ASIGNATURA:** Educación Física  
**ÁREA:**  
**PROFESOR/A:** Silvina De Francesco  
**AÑO/DIVISIÓN/MODALIDAD:** 5° A TECNICA  
**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 ARRIBA, RECEPCION, ARMADO E INICIACION AL REMATE  
ASPECTOS REGLAMENTERIOS AMBOS DEPORTES.

**SEGUNDO TRIMESTRE / CUATRIMESTRE (PARA CP)**

**UNIDAD Nº 3**

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

**UNIDAD Nº 4**

FORMACION TACTICA-TECNICA:  
HANDBALL: TIRO SUSPENDIDO CON PELOTA DEJADA ATRÁS, PARADA EN PASO CERO, DOMINIO DE AMBAS MANOS, PIVOTE CON GIRO Y SUSPENDIDO, POSICIONES DE JUEGO 7 VS 7, REGLAMENTO.  
VOLEY: SAQUE DE ARRIBA DIRECCIONADO, REMATE GLOBAL, INICIACION AL BLOQUEO, JUEGO 4 VS 4, REGLAMENTO.

**TERCER TRIMESTRE**

**UNIDAD Nº 5**

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

**UNIDAD Nº 6**

FORMACION TECNICA–TACTICA:  
HANDBALL: TRENZA, CONTRAATAQUE ESCALONADO, FINTAS Y TIROS RECTIFICADOS, TIRO DE PUNTA Y JUEGO 6 VS 6.  
VOLEY: GMA, GMB, RECEPCIÓN, ARMADO REMATE, BLOQUEO JUEGO 4 VS 4 Y 6 VS 6.

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](mailto:SECUNDARIO@INSTITUTOLEONXIII.EDU.AR) / [WWW.LEONXIII.COM.AR](http://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](mailto:SECUNDARIO@INSTITUTOLEONXIII.EDU.AR) / [WWW.LEONXIII.COM.AR](http://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](mailto:SECUNDARIO@INSTITUTOLEONXIII.EDU.AR) / [WWW.LEONXIII.COM.AR](http://WWW.LEONXIII.COM.AR)

**NIVEL SECUNDARIO**