



**ASIGNATURA: EDUCACION FISICA**  
**ÁREA: EDUCACION FISICA**  
**PROFESOR/A: HORTAS MARIA ALEJANDRA**  
**AÑO/DIVISIÓN/MODALIDAD: 5 B BAECE**  
**PAAEPA DICIEMBRE 2017 – FEBRERO 2018**

**PROGRAMA**  
**PAAEPA DICIEMBRE 2017 - FEBRERO 2018**

PRIMER CUATRIMESTRE (1 día cada deporte)

UNIDAD N° 1

VOLEIBOL: GOLPE DE MANOS ALTAS (ARMADO ADELANTE-ATRÁS) GOLPE DE MANOS BAJAS (RECEPCIÓN-DEFENSA-APOYO), SAQUE DE ARRIBA. REMATE X2, X4. RECEPCION EN W (ARMADOR A TURNO POR 3) JUEGO FORMAL CON ARMADOR A TURNO POR 3. REGLAMENTO COMPLETO

UNIDAD N° 2

HANDBALL: PASES CON CRUCES, TIRO DOBLE SUSPENDIDO, TIRO RECTIFICADO DE PUNTAS Y CIRCULADOR, DEFENSA ZONAL 5-1, TECNICA ARQUERO, ATAQUE CON CIRCULADOR INFILTRADO, ARBITRAJE, REGLAMENTO COMPLETO

UNIDAD N° 3

CUALIDADES ORGANICO FUNCIONALES-MOTRICES-COORDINATIVAS: RESISTENCIA - FUERZA EXTENSORA DE BRASOS-FUERZA RESSITENCIA ABDOMINAL – FLEXIBILIDADCORRDINACION-AGILIDAD-VELOCIDAD EN SITUACIÓN DE JUEGO

SEGUNDO CUATRIMESTRE (1 día cada deporte)

UNIDAD N° 4

VOLEIBOL: GOLPE DE MANOS ALTAS (ARMADO ADELANTE-ATRÁS) GOLPE DE MANOS BAJAS (RECEPCIÓN-DEFENSA-APOYO), SAQUE DE ARRIBA, REMATE X2 X4, RECEPCION EN W (ARMADOR A TURNO POR 3) JUEGO FORMAL CON ARMADOR A TURNO POR 3. REGLAMENTO COMPLETO.

UNIDAD N° 5

HANDBALL: PASES CON CRUCES, TIRO DOBLE SUSPENDIDO, TIRO RECTIFICADO DE PUNTAS Y CIRCULADOR, DEFENSA ZONAL 5-1, TECNICA ARQUERO, ATAQUE CON CIRCULADOR INFILTRADO, ARBITRAJE, REGLAMENTO COMPLETO.

UNIDAD N° 6

CUALIDADES ORGANICO FUNCIONALES-MOTRICES-COORDINATIVAS: RESISTENCIA - FUERZA EXTENSORA DE BRASOS-FUERZA RESSITENCIA ABDOMINAL – FLEXIBILIDADCORRDINACION-AGILIDAD-VELOCIDAD EN SITUACIÓN DE JU

OBSERVACIONES

**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)

BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA: REGLAMENTO HANDBALL-VOLEY

INSTRUMENTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

PARTICIPACIÓN ACTIVA EN CLASE. EVALUACIÓN PRÁCTICA Y TEÓRICA DE LOS DEPORTES DESARROLLADOS. EVALUACIÓN PRÁCTICA DE CUALIDADES CONDICIONALES CON OBJETIVOS INDIVIDUALES. EVALUACIÓN DEL RESPETO, RESPONSABILIDAD, COLABORACIÓN Y ESFUERZO DURANTE LAS CLASES.

EL EXAMEN SERA DE CARÁCTER TEORICO-PRACTICO ABARCANDO TODO LA TEORIA DADA POR EL PROFESOR EN EL CUATRIMESTRE CORRESPONDIENTE AL IGUAL QUE LA PRÁCTICA

**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**