



ASIGNATURA: EDUCACION FÍSICA
ÁREA:
PROFESOR/A: PAOLA RAVENNA
AÑO/DIVISIÓN/MODALIDAD:
PAAEPA DICIEMBRE 2018 – FEBRERO 2019

PROGRAMA
PAAEPA DICIEMBRE 2018 - FEBRERO 2019

PRIMER TRIMESTRE / CUATRIMESTRE (PARA CP)

UNIDAD N° 1: HANDBALL: DESPLAZAMIENTOS CON O SIN PELOTA. PASE Y RECEPCIÓN.
JUEGO REDUCIDO: 2VS. 2
VOLEY: GOLPE DE MANOS ALTAS

UNIDAD N° 2: FUERZA RESISTENCIA ABDOMINAL Y DE BRAZOS. TROTE Y VELOCIDAD.

SEGUNDO TRIMESTRE / CUATRIMESTRE (PARA CP)

UNIDAD N° 3: HANDBALL: TIRO A PIE FIRME. JUEGO REDUCIDO.
VOLEY: GOLPE DE MANOS BAJAS Y SAQUE DE ABAJO. JUEGO 1 VS. 1

UNIDAD N° 4: FUERZA RESISTENCIA ABDOMINAL Y DE BRAZOS. TROTE Y VELOCIDAD.

TERCER TRIMESTRE

UNIDAD N° 5: HANDBALL: TIRO SUSPENDIDO. JUEGO 7VS. 7. MARCA PERSONAL.

UNIDAD N° 6: FUERZA RESISTENCIA ABDOMINAL Y DE BRAZOS. TROTE Y VELOCIDAD.

OBSERVACIONES DEL DOCENTE: TRABAJO EN DÍAS DE LLUVIA: SISTEMA ÓSEO.
CAPACIDADES FÍSICAS Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

- **Bibliografía obligatoria: REGLAMENTO DE HANDBALL Y VOLEY. ATLAS DE ANATOMÍA. FISILOGIA DEL DEPORTE**



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