



Instituto Manuel Belgrano
ES - DIPREGEP Sgo. del Estero 1239
San Antonio de Padua
www.institutomanuelbelgrano.edu.ar

PROGRAMA DE EXAMEN

PROFESOR: CANALES, ANDREA

CURSO: 1°

DIVISIÓN: B

AÑO: 2017

ÁREA/MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA

Expectativas de logro:

Al finalizar el ciclo el alumno deberá:

- ❖ Conozcan las actividades motrices necesarias para el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas con base en el principio de salud.
- ❖ Produzcan e interpreten gestos y acciones motrices básicas con intencionalidad comunicativa en situaciones deportivas, gimnásticas o expresivas.
- ❖ Reconozcan la habilidad motriz y el desarrollo corporal en la constitución de la autonomía y autoestima.
- ❖ Asuman actitudes de responsabilidad, solidaridad, respeto y cuidado de sí mismo y de los otros en actividades motrices compartidas.
- ❖ Valoren la interacción grupal para el aprendizaje motor, la elaboración y respeto de normas de convivencia democrática.
- ❖ Participen protagónicamente en actividades motrices en diferentes ámbitos con independencia, responsabilidad y sentido social.
- ❖ Practiquen juegos deportivos o deportes simplificados, con técnicas, tácticas y reglas construidas participativa y democráticamente.
- ❖ Usen habilidades motrices en la resolución de problemas motores en actividades gimnásticas, deportivas y expresivas.

Pautas de evaluación:

Contenidos:

- ❖ **PRÁCTICO:**
Preparación física general: 10 minutos de trote continuo, fuerza abdominal, coordinación dinámica general, flexibilidad.
Voley: Golpe de manos altas, golpe de manos bajas y saque de abajo.
Handball: pase, recepción, dribling y lanzamientos.
Gimnasia artística: elementos básicos en colchonetas.
- ❖ **TEORICO**
Reglamentos: reglas básicas de handball y vóley (trabajadas en el año).
Definición de: Fuerza, Flexibilidad, resistencia y velocidad.
Definición de entrada en calor, objetivos y sus partes.



Instituto Manuel Belgrano
ES - DIPREGEP Sgo. del Estero 1239
San Antonio de Padua
www.institutomanuelbelgrano.edu.ar

Descripción técnica de golpe de manos bajas, golpe de manos altas y saque de abajo en vóley. Pase, recepción, tipos de lanzamientos y dribling de handball.

Preparación previa de los alumnos que serán evaluados ante comisión:

- ❖ Entrenamiento de las cualidades físicas básicas.
- ❖ Lectura y comprensión de los contenidos teóricos propuestos por la cátedra.
- ❖ Lectura y comprensión del reglamento de Handball y voley.
- ❖ Práctica de las técnicas específicas de cada deporte.

Bibliografía:

- ❖ Apuntes teóricos de la cátedra
- ❖ Reglamento de Handball y Voley - ed. Stadium.

Condiciones para la acreditación de la materia:

- ❖ Alcanzar un nivel óptimo en las técnicas específicas evaluadas.
- ❖ Comprensión de los contenidos teóricos y la pertinencia de los conceptos.

Como padre/tutor/encargado del alumno:

.....
Me notifico del programa de examen, la preparación previa, modalidad y condiciones de acreditación para la materia Educación Física.

Firma: _____ **Aclaración :** _____ **DNI**
