

Asignatura: Educación  
Física



Docente: Scarcelli Ana

Curso: 1 año A-B-C

Unidades/ ejes/ bloques. (Contenidos conceptuales)

- **La resistencia aeróbica ( trote continuo)**
- **La fuerza. Características y posibilidades de desarrollo.**
- **Forma de ejercitación sistemática (Br, Pr, Ab, y Dor).**
- **Conocimiento de los distintos grupos musculares**
- **Ejercicios de elongación de los distintos grupos musculares**
- **Reglamento de softbol**
- **Reglamento de vóley**
- **Reglamento de hockey**
- **Respeto a las reglas de juego. Asunción de roles y funciones**
- **Juegos de softbol, vóley y hockey**
- **Técnicas básicas ( bateo, recepción, lanzamiento, pases, GMA , GMB, saque, push, parada, pases, quites)**
- **Creación y composición de movimientos expresivos con otros ( esquema)**

Criterios e instrumentos de evaluación. (Pautas de evaluación)

**Evaluaciones Conceptuales: Observación directa**

- **Trabajo en clase y comportamiento**
- **Aceptación de pautas y normas**
- **Relación con sus compañeras y docente**
- **Asistencia**
- **Preocupación por avanzar y superarse**

**Evaluaciones específicas:**

- **Cualidades físicas ( fuerza – elongación – resistencia)**
- **Técnicas aprendidas ( softbol – vóley – hockey)**
- **Juego de los deportes practicados**
- **Trabajos prácticos grupales ( esquemas)**

Bibliografía para cada unidad/ eje/ bloque

- **Reglamentos de los deportes practicados**
- **Apuntes trabajados en clases teóricas**