



PROGRAMA DE EXAMEN 2024.
Educación Física. TURNO TARDE
Profesora: DANIELA N. GUTIERREZ

Curso: 1^a año “B” Ciclo Básico.
2^a año “B” Ciclo Básico.

CUATRIMESTRE N^o I

- *Desarrollo de capacidades físicas básicas: condicionantes y coordinativas*
 - Resistencia
 - Fuerza
 - Velocidad
 - Flexibilidad
 - Circuito de habilidades: coordinación, equilibrio, orientación, etc.
- *Educación física: definición. Objetivo.*
- *Reglamento del deporte (reglas acordadas con la profesora).*
- *Prácticas Lúdico deportivas:*
 - Voley / Basquet
 - Pases.
 - Posiciones en la cancha.
 - Dribling
 - Dominio de pelota.
- *Hábitos saludables: alimentación, actividad, descanso.*



CUATRIMESTRE N° II

- *Prácticas Lúdico deportivas:*

Handbol - Basquet

- Pases.
- Lanzamientos.
- Circuito de habilidades.
- Dribling.
- Diferentes situaciones de juego.

- *Entrada en calor: definición y clasificación.*
- Educación Física: Definición. Objetivo. Importancia de este espacio en la escuela.
- Reglamento del deporte (reglas acordadas con la profesora).

Deportes colectivos e individuales: diferencias y ejemplos.