

PROGRAMA ANALÍTICO ED. FÍSICA

- Partes de una clase ¿cuales son?
- Calentamiento ¿para qué sirve?
- Atletismo todo, pista, actividades, que se hace dentro de la pista (campo) y que actividades en pista.
- Formación Corporal: Cara anterior y posterior del cuerpo humano, ubicación de músculos y hueso como partes del cuerpo (miembros, tronco) .Trabajo de ese musculo elegido en fuerza y estiramiento. Claro concepto de fuerza y estiramiento.
- Deporte voley: toque alto y bajo, saque de abajo, remate.
- Rotación y ubicación de los jugadores en cancha. como se cuentan los tantos y cuando ganas un partido.
- Handball: pase en transición, lanzamientos a la carrera y con salto.
- Reglas básicas: caminar, 3 segundos, pie, doble pique, saque del medio, saque lateral, área, línea de tiro libre. Cuando es gol, quien está dentro del área y del arco.
- Salud: cómo cuidar mi cuerpo, que debo hacer.

Profesora Licenciada Adriana Boggiani