



COLEGIO SAN FRANCISCO COLL A-126
Av. Triunvirato 4950 (1431) Capital Federal
TE: 4521-0078 / 1644

DOCENTE: Sbarra Mariano – Sanguiao Macarena
ASIGNATURA: Educación Física
CURSO: 3ro B

CONTENIDOS PRIORIZADOS 2021
PRIMER CUATRIMESTRE
1 Trabajo practico de primeros auxilios.
2 Fuerza (tren inferior, superior y zona media) - Resistencia - Velocidad
3 Cuidados del propio cuerpo
4
5
6
7
8
9
10
SEGUNDO CUATRIMESTRE
1 Trabajo juegos olímpicos
2 Handbol (pase y recepción – lanzamiento a pie firme con precisión y suspendido – juego 7 vs 7)
3 Vóley (golpe de manos altas y golpe de manos bajas, saque de abajo, recepción de abajo, juego 6 vs 6)
4 Capacidades físicas generales (circuitos)
5 Resistencia 10 minutos continuos
6
7
8
9
10