



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

DOCENTE: JULIO SANCHEZ
ASIGNATURA: EDUCACION FISICA
CURSO: 4 ° AÑO

CONTENIDOS PRIORIZADOS 2022
PRIMER CUATRIMESTRE
1 cuidado del propio cuerpo – capacidades motoras. Fuerza, resistencia, flexibilidad.
2 comprensión de reglamento – arbitraje
3 Percepción de las posibilidades y limitaciones del propio cuerpo.
4 trote continuo durante 12 minutos, Flexiones de brazos durante 30 “ Arbitraje de partidos en clase.
5 Resolución de conflictos en forma grupal (normas de convivencia – respeto por el otro, resolución de situaciones de conflictos personales o grupales mediante el dialogo.)
6 Táctica y técnica individual del deporte. Voleibol
7
8
9
10
SEGUNDO CUATRIMESTRE
1 trote continuo durante 20 minutos, Flexiones de brazos durante 30 “ Arbitraje de partidos en clase. Técnica de saque de abajo, golpe de manos altas.
2 Corrección de errores de un fundamento o un concepto táctico o técnico.
3 Resolución de situaciones jugadas con oposición en (6 vs. 6 – y variantes, superioridad e inferioridad numérica)
4 Objetivos de la clase de educación física en el colegio secundario.
5 trote continuo durante 25 minutos. Flexiones de brazos, y abdominales durante 30 “ Arbitraje de partidos en clase. Juego formal.
6
7
8
9
10