

PROGRAMA DE EXAMEN

EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL ESPACIO CURRICULAR

Que al finalizar el año el alumno logre:

- * Incorporar términos relacionados a las técnicas deportivas específicas.
- * Conocer los reglamentos de volei, rugby, básquet y otros.
- * Reconocer el reglamento de forma teórica y llevado a la práctica.
- * Relacionar la teoría y la práctica; el por qué hacer previo al hacer.
- * Desarrollar una actitud conciente para el desarrollo de la actividad física como hábito saludable.
- * Indagar sobre los diversos eventos deportivos más significativos llevados a cabo durante este año
- * Experimentar diversas habilidades motrices lúdicas-deportivas
- * Lograr un acercamiento a los ejercicios básicos de una preparación física.
- * Planificar sesiones de entrenamiento basado en las cualidades física (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad)
- * Practiquen juegos deportivos o deportes, disponiendo de habilidades para la resolución tácticotécnica de situaciones del juego, la asignación y asunción de roles y funciones en el equipo y la aplicación del reglamento.

CONTENIDOS CONCEPTUALES

Unidad 1

- Reglamento Voley
- Trabajo Práctico
- Examen práctico: Técnica Voley
- Examen físico






Unidad 2

- Táctica Voley
- Trabajo Práctico
- Examen práctico: Táctica Voley
- Examen físico


Unidad 3

- Reglamento Básquet
- Trabajo Práctico
- Examen deportivo: Técnica Basquet
- Examen físico

Bibliografía Obligatoria para el alumno

-  Reglamento Voley, Básquet
-  Apunte Táctica de Voley
-  Apunte Entrenamiento
-  Apunte Cuadro de Métodos de Entrenamiento
-  Glosario

Bibliografía Denominacional

-  Biblia

