



IESS - Instituto de Enseñanza Secundaria Ciclo lectivo 2009.
Curso: 2° División: A, B, C, D
Ciclo: CBU, CE
Disciplina: **EDUCACIÓN FÍSICA**
Nombre del profesor/a: Jorge Fernández y Daniela Díaz

1

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA 2º AÑO

Unidad 1:

Habilidad y condición física. Las capacidades motoras básicas.

El juego como actividad lúdica-motriz. Las reglas, su necesidad, movilidad. La lógica de los juegos reglados y los deportes. El juego y los deportes en el aire libre. Actividades en la naturaleza al aire libre. Juegos. Excursiones y caminatas. El medio natural, cuidados y prevenciones.

Unidad 2: Segundo Cuatrimestre

Habilidades básicas y movimiento. La destreza y la habilidad. Ajuste motor en las habilidades básicas y destrezas.

Los deportes. Práctica de las distintas técnicas, tácticas. Análisis de los reglamentos. Aceptación de las funciones atribuidas dentro de un trabajo en equipo.

El medio natural y humano. El medio natural, cuidado y prevención. Uso de medidas de seguridad.

5. Bibliografía

- “Atletismo Para Todos” – Emilio y Edgardo Maseo. Editorial Brujas .Edición 2003
- “Reglamento de Voley, Atletismo, Fútbol, Handbol”.Editorial Stadium Edición 2006.

.....
Lugar y fecha

.....
Firma