



PROYECTO CURRICULAR ANUAL

AÑO	CURSO	DEPARTAMENTO	DOCENTE/S (Apellido y Nombres)
2023	3*2* CSElectro	Educación física	Vega Manuel Fabian
		ASIGNATURA	HS CAT.:
		Educación física	3hrs. Cátedras
<ul style="list-style-type: none"> OBJETIVO GENERAL 		Reconocer y valorar los efectos que tiene la práctica sistémica y habitual de la actividad física. Identificar las diferentes Capacidades físicas. Sus componentes y los métodos que posibilitan su desarrollo. Lograr incrementar el volumen de su acervo motor, brindado de manera teóricas y práctica.	
<ul style="list-style-type: none"> OBJETIVOS ESPECIFICOS 		Comprender de manera teórica y práctica los temas y conceptos . Trabajar las capacidades físicas a través de vivencias aeróbicas y anaeróbicas. Analizar y ejecutar la técnica de los fundamentos con aplicación en situación de juego.	
<ul style="list-style-type: none"> CONTENIDOS 		<ul style="list-style-type: none"> Contenido 1Capacidades condicionantes Fuerza, Resistencia, Velocidad, Flexibilidad. Sistema óseo y Sistema muscular. El Vóleibol . Historia del vóley. Fundamentos técnicos. Reglamento. Sistemas de juego. Formación de juego. Defensa. Recepción de saque. 	
<ul style="list-style-type: none"> BIBLIOGRAFÍA 		<ul style="list-style-type: none"> Bibliografía 1Diseños curriculares. Juegos para niños y jóvenes (18 edición Patricia Rinderjc. Luis Aguirre Rum) . Deporte y salud familiar(Zamora Editores). Manual de Educación física (EDA) Juegos y motricidad (Novilibro). Juegos y movimiento. Plus Física (grupo Multilatina. Reglamento. 	
<ul style="list-style-type: none"> METODOLOGIA 		Mando directo. Resolución de problemas . Enseñanza recíproca . Descubrimiento guiado.	
<ul style="list-style-type: none"> PLANIFICACIÓN – CRONOGRAMA POR TRIMESTRE 			
<u>PRIMER TRIMESTRE</u>		<u>Capacidades condicionantes. Sistemas Óseo. Sistema muscular.</u>	
<u>SEGUNDO TRIMESTRE</u>		<u>El Voleybol. Fundamentos técnicos. Reglamento. Historia del voley</u>	
<u>TERCER TRIMESTRE</u>		El Voley. Defensa. Recepción de saque formación de juego. Reglamento.	
<ul style="list-style-type: none"> EVALUACIÓN 		<u>Evaluación práctico y teórico de los contenidos por trimestre.</u>	