

INSTITUTO NUESTRA SEÑORA DEL SAGRADO CORAZON

**Programa de Educación Física
Handball II**

Profesora: María Florencia Masondo

Cursos: 5to año “A”, “B” y “C”

Año: 2018

EJE

PRACTICAS CORPORALES, MOTRICES Y LUDOMOTRICES REFERIDAS A LA DISPONIBILIDAD DE SI MISMO
--

La construcción de la constitución corporal y motriz con un enfoque saludable

Las capacidades motoras: Capacidades condicionales. Capacidades coordinativas. Beneficios y perjuicios del entrenamiento de las distintas capacidades motrices. Prevención de lesiones, antes, durante y al finalizar las actividades motrices. La dieta y la actividad motriz. El balance alimenticio. La imagen corporal análisis crítico.

La construcción de la disponibilidad motriz y su manifestación singular

Las habilidades motrices propias de Handball: pase y recepción. dribling. Tiros. fintas y amagues.

EJE

PRACTICAS CORPORALES, MOTRICES Y LUDOMOTRICES EN INTERACCION CON OTROS

La construcción de la disponibilidad motriz en interacción con otros con integración crítica y reflexiva

Handball: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación. Distinción de la dificultad de los elementos tácticos y técnicos. Los sistemas de roles y funciones. Aplicación de las reglas desde la función de arbitraje. El planeamiento de las acciones tácticas y técnicas

La construcción de códigos de expresión y comunicación corporal compartidos

códigos gestuales y acciones motrices en situaciones deportivas

Requisitos para presentarse para rendir: D.N.I; permiso de examen y el uniforme de Educación Física.