

PROGRAMA

ASIGNATURA: EDUCACION FISICA

CICLO LECTIVO: 2.025

PROFESOR: CALVÓ JOAQUIN NICOLAS

PRIMER TRIMESTRE

Atletismo:

- Origen. Año y causa del origen del atletismo
- Pruebas que conforman el Atletismo. Carreras de campo, Saltos, Lanzamientos, Marcha, Combinadas.
- Medidas: pista de campo, salto en largo, salto triple.
- Records mundiales.
- Atletas Argentinos.
- Practica: Carrera de medio fondo (800mts), Carrera de posta (4x100mts)

Actividad física. Ejercicio físico.

- Diferencias.
- OMS: recomendación de actividad física.
- Aportes de la actividad física para la vida.

SEGUNDO TRIMESTRE

Básquet:

Reglamento FIBA:

- **Medidas de la cancha, Altura del Aro, distancia de líneas de Triple y Tiro Libre.**
- **Jugadores que conforman un equipo. Cuantos ingresan al campo.**
- **Infracciones: doble dribling, camina.**
- **Cambios: cuantos y cuando.**
- **Duración del partido. Tiempo Extra**
- **Puntos. Valor y ubicación.**

Practica: Ritmo de 2 tiempos.

TERCER TRIMESTRE

Básquet

Reglamento FIBA:

- **Infracción: campo atrás**
- **Tipos de faltas**
- **Faltas por jugador. Por equipo.**
- **Posiciones de Jugadores.**

Practica:

- **Lanzamiento con ritmo de un tiempo.**
- **Partido.**

BIBLIOGRAFIA

Historia del Atletismo.

Reglamento de Atletismo.

Reglamento de Básquet FIBA.