

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA 2º AÑO B- 2024

Unidad 1: Habilidades Motoras Básicas y Capacidades Motoras

- Introducción a las habilidades motoras básicas, su clasificación y conceptos fundamentales de capacidades motoras. Capacidades motoras condicionales (fuerza, resistencia, velocidad) y coordinativas

Unidad 2: Introducción a los juegos modificados

- Conceptos y características. Juegos de persecución, juegos de invasión y juegos de cancha dividida. Creación de juegos de persecución, invasión y cancha dividida.
- Aplicación de habilidades motoras y capacidades en juegos modificados.

Unidad 3: Juegos y Deportes Alternativos

- Introducción a deportes alternativos. Características y ejemplos. Juegos y deportes alternativos como fausball, lagori, y cachebol.

Unidad 4: Vida en la Naturaleza

- Introducción a los conceptos básicos de acantonamiento y recomendaciones.
- Conciencia ambiental y habilidades para la vida en la naturaleza mediante la práctica de reciclado y reciclaje.
- Impacto ambiental. Bosque serrano. Flora y fauna. Especies nativas y exóticas.