



CONTENIDOS PRIORIZADOS 2021

Asignatura: Educación Física

Curso: 4º Año

Profesor/a: M. Kiektik – D. Ibarra – H. Franchi

- 1) Resistencia general aeróbica. Prueba de los 12 minutos.
- 2) Fuerza. Ejercicios de tren superior y de tren inferior.
- 3) Fútbol: contrataque.
- 4) Fútbol: estrategia colectiva ofensiva.
- 5) Fútbol: táctica general ofensiva.
- 6) Básquet: contrataque y ataque con ventaja numérica.
- 7) Básquet: defensa del contrataque.
- 8) Básquet: principios tácticos ofensivos y defensivos generales.
- 9) Vóley: saque con golpe de arriba.
- 10) Vóley: estrategia general ofensiva y defensiva.