



Programa de Hockey

**ACTIVIDADES E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

- ◆ Observación directa y continua de las capacidades físicas y motoras
- ◆ Test de Aptitud Física.
- ◆ Medición directa en las clases diarias (participación, espíritu de superación)
- ◆ Test sobre Técnicas específicas, de acuerdo a la especialidad atlética.
- ◆ Aplicación de las técnicas y reglas en la realización de un prueba.
- ◆ Evaluación de la participación en competencias de carácter interno y externo.

TODOS LOS ALUMNOS DEBERÁN RENDIR LOS TESTS DE APTITUD FÍSICA CONSIDERANDO LOS PUNTAJES PREESTABLECIDOS EN EL CICLO LECTIVO, CONSIDERANDOSE UNA NOTA DEL PROMEDIO DE LOS TEST DE FUERZA Y OTRA DE LA DE RESISTENCIA; LAS CUALES A SU VEZ SE PROMEDIARAN, DANDO LA NOTA FINAL DE LOS TEST DE APTITUD FISICA.

ESTA NOTA, CONJUNTAMENTE CON LA DE LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS A EVALUAR, COMO LAS CAPACIDADES PSICOMOTORAS Y LA APLICACIÓN DEL REGLAMENTO DEL ATLETISMO. EL PUNTAJE FINAL SERÁ EL PROMEDIO DE ESTAS NOTAS.

**UNIDAD 1 “DESTREZAS INDIVIDUALES”**

- ◆ Conducción con y sin obstáculos.
- ◆ Dribling derecho-revés.
- ◆ Giros y cambios de dirección, desmarcarse.

**UNIDAD 2 “DESTREZAS INDIVIDUALES”**

- ◆ Push.
- ◆ Parar y pegar.
- ◆ Tiros al arco con y sin carrera.
- ◆ Flik.

**UNIDAD 3 “FORMACIONES - SITUACIONES DE JUEGO”**

◆ Tácticas:

1vs.1

7vs.7

11vs.11

◆ Conocimiento del reglamento y aplicación en el juego.

**BIBLIOGRAFÍA:** Reglamento de Hockey. Apuntes recopilados del Deporte

**PROFESOR DANIEL ÁLVAREZ - AÑO 2009**