



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)
- ◆ Aplicación de las técnicas y reglas en la realización de un prueba.
- ◆ Evaluación de la participación en competencias de carácter interno y externo.
- ◆ Evaluación del juego, teniendo en cuenta contenidos dados (técnicas y tácticas).

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 JUEGO, COMPROMISO Y PARTICIPACIÓN EN CLASE. EL PUNTAJE FINAL SERÁ EL PROMEDIO DE ESTAS NOTAS.

UNIDAD 1

Nivel inicial

- ◆ Toma del palo
- ◆ Empuñadora reloj y aplauso.
- ◆ Conducción de estudio.
- ◆ Detención de la bocha.
- ◆ Dribling derecho-revés.
- ◆ Giros
- ◆ Pase y recepción estática.
- ◆ Conocimiento del reglamento

Nivel intermedio

- ◆ Conducción de estudio con y sin obstáculos.
- ◆ Conducción de velocidad.

- ◆ Dribling corto y largo.
- ◆ Giro y cambio de dirección.
- ◆ Push pegado, recepción frontal estática

Nivel avanzado

- ◆ Conducción de estudio y velocidad
- ◆ Dribling, giro, regate
- ◆ Push pegado, recepción frontal estática y dinámica

UNIDAD 2

Nivel inicial

- ◆ Conducción de velocidad
- ◆ Pase y recepción dinámicos
- ◆ Tiros al arco con y sin carrera.
- ◆ 3 vs 0

Nivel intermedio

- ◆ Conducción de 1 vs 1
- ◆ Habilidades individuales
- ◆ Pase y recepción dinámica push y pegada
- ◆ 3 vs 1
- ◆ Juego y táctica de seven

Nivel avanzado

- ◆ Habilidades individuales
- ◆ Definición
- ◆ 3 vs 1 , 2 vs 1
- ◆ Juego y táctica de seven.
- ◆ Entrenamiento de arquera.

UNIDAD 3

Nivel inicial

- ◆ Conducción de 1 vs 1
- ◆ Pegada, recepción ofensiva. definición
- ◆ Desmarques.
- ◆ 3 vs 1, 2 vs 1, 1 vs 1
- ◆ Juego y táctica de seven.
- ◆ Entrenamiento de arquera.

Nivel intermedio

- ◆ Desmarques y doble movimientos.
- ◆ Recepción ofensiva
- ◆ 2 vs 1, 1 vs 1
- ◆ Entrenamiento de arquera.

Nivel avanzado

- ◆ Desmarques y doble movimiento
- ◆ Recepción ofensiva.

BIBLIOGRAFÍA: Reglamento de Hockey. Apuntes recopilados del Deporte

PROFESORA MELINA ASOREY