

3 PERIODO EDUCACION FISICA

SEPTIMO

PERIODO: TERCERO GRADO SEPTIMO MATERIA: ED. FISICA

TEMA SUBTEMA

FUTBOL

- Historia, Reglamento Pase. (Interno, externo, control dirigido).

FUERZA

- Isotónica
- Isométrica
- Fuerza máxima, explosiva y potencia.
- Fuerza en resistencia.

VELOCIDAD

- Velocidad de reacción.
- Velocidad de desplazamiento.
- Técnica de carrera