

Anexo 1- Colegio Nacional de Monserrat - Programa Combinado para Examen de Educación Física y Deportes III - Tercer año - Plan de Estudios 2018 – Vigente a partir de los exámenes del turno de febrero de 2026 en adelante.

**COLEGIO NACIONAL DE MONSERRAT**  
**PROGRAMA COMBINADO PARA EXAMEN DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES III**  
**TERCER AÑO - Plan de Estudios 2018**  
**Vigente a partir de los exámenes del turno de febrero de 2026 en adelante.**

Todas las unidades del programa combinado están atravesadas por los tres ejes de la asignatura: *prácticas corporales motrices y ludomotrices referidas a la disponibilidad de sí mismo, a los otros y con el ambiente natural.*

**UNIDAD N° 1:**

Acondicionamiento físico en la constitución corporal y motriz con un enfoque integral, saludable y significativo.

Relaciones igualitarias respetuosas y responsables entre los géneros.

Capacidades coordinativas: habilidades vasomotoras, óculo manual, orientación y reacción.

Anticipación y diferenciación. Acoplamiento y ritmo. Equilibrio estático y dinámico.

Juegos deportivos: pruebas de pista, pruebas de campo, estructura del deporte formal, finalidad, reglas, táctica y estrategia. Atletismo. Handball.

Importancia de las actividades al aire libre y su impacto en el desarrollo de la persona.

**UNIDAD N° 2:**

Lesiones comunes en las prácticas deportivas y cómo evitarlas. La importancia del descanso. Ciclos del sueño.

Capacidades condicionales: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

Tipos de juegos.

Juegos deportivos: pruebas de pista, pruebas de campo, estructura del deporte formal, finalidad, reglas, táctica y estrategia. Atletismo. Fútbol.

Participación de las actividades motrices y ludo motrices, individuales y grupales para el desempeño placentero y equilibrado en el ambiente.

**UNIDAD N° 3:**

Conciencia corporal. Conocimiento, cuidado y aceptación del cuerpo y sus cambios.

Capacidades condicionales: fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

Anexo 1- Colegio Nacional de Monserrat - Programa Combinado para Examen de Educación Física y Deportes III - Tercer año - Plan de Estudios 2018 – Vigente a partir de los exámenes del turno de febrero de 2026 en adelante.

Trabajo y ajuste de las diferentes capacidades coordinativas en la resolución de situaciones motrices complejas que la involucran.

Juegos deportivos: pruebas de pista, pruebas de campo, estructura del deporte formal, finalidad, reglas, táctica y estrategia. Básquetbol. Voleibol. Handball.

Nociones básicas de supervivencia: orientación, refugio, señalización.



Universidad Nacional de Córdoba  
2025

**Hoja Adicional de Firmas  
Informe Gráfico**

**Número:**

**Referencia:** PROGRAMA COMBINADO 3ER AÑO EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES III

---

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 2 pagina/s.