

**COLEGIO NACIONAL DE MONSERRAT  
PROGRAMA COMBINADO PARA EXAMEN DE  
EDUCACIÓN FÍSICA Y ESCUADRAS IV  
SÉPTIMO 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 1:

- El cuerpo, la postura y el movimiento.
- La táctica, la técnica, la estrategia, la cooperación, la oposición y la comunicación.
- Los cambios corporales, su identificación y la relación con la actividad física (ritmo respiratorio y cardíaco, cansancio, transpiración, etc.).

DEPORTE ESCOLAR VOLEIBOL

- Habilidades técnicas específicas: manejo alto a dos manos. Manejo bajo con manos juntas. Saque de abajo, saque alto, en suspensión y flotante. Posición básica. Desplazamientos con respecto a la pelota. Levantar o colocar la pelota. Bloqueo.
- Acciones tácticas básicas de ataque: pases con cambio de dirección, ubicación de la pelota en espacios libres por encima de la red. La rotación. Sistema en “W”. Ataque con tres toques, ataque con dos y con un toque.
- Acciones tácticas básicas de defensa: ocupación del campo en relación a la pelota y a la red. Anticipación, desplazamientos y lectura de trayectoria del móvil. La recepción. Sistema defensivo con jugador 6 atrasado. Sistema defensivo con jugador 6 adelantado. Bloqueo simple, bloqueo de dos o tres jugadores.
- Reglamento: acciones permitidas y no permitidas en el toque de la pelota, infracciones frecuentes, reposiciones de la pelota. La rotación. Duración del juego. Componentes generales del campo de juego.
- Juego formal: aplicación de habilidades técnicas y capacidades tácticas básicas en situaciones de juego reducido (2c2, 3c3). Juego 6c6.
- La elaboración de proyectos ambientales.
- Las medidas de seguridad en salidas simples y complejas.

## UNIDAD 2:

- Los ejercicios inconvenientes, compensación y cuidado.
- Las reglas, la evolución de las reglas y su aplicación.
- La elaboración y la conducción de juegos recreativos o competitivos
- El espacio-tiempo con relación al entorno, los objetos y las personas.

## DEPORTE ESCOLAR BASQUETBOL

- Habilidades técnicas específicas: manipulación y control de la pelota, distintos tipos de dribbling, combinaciones. Paradas en uno y dos tiempos. Pívor, giros frontales y dorsales. Pase de pecho, sobre la cabeza, pase sobre hombro y pase de faja. Recepciones. Lanzamiento a pie firme, en suspensión. Posición defensiva. Ritmo de dos tiempos. Desplazamientos defensivos. Quita de la pelota. Intercepción de la pelota. Paso cero.
- Acciones tácticas básicas de ataque: ocupación de espacios libres, desmarque a distancia, circulación de la pelota. Ataque al aro lanzamiento o bandeja.
- Acciones tácticas básicas de defensa: marca individual y zonal, combinada, desplazamientos, intercepción, presión individual y en zona, desvío y quite de la pelota.
- Reglamento: acciones permitidas y no permitidas en posesión de la pelota y sin la pelota infracciones frecuentes, reposiciones de la pelota. Duración del juego. Componentes generales del campo de juego.
- Juego formal: aplicación de habilidades técnicas y capacidades tácticas básicas en situaciones de juego reducido (3x3, 3x3+1). Juego 5c5.
- Los ecosistemas, la educación ambiental, el desarrollo sustentable y el desarrollo sostenible.

## UNIDAD 3:

- Las conductas que ponen en riesgo la salud.
- El deporte, la salud y la calidad de vida.
- La fuerza, la velocidad, la coordinación y la resistencia en los juegos y los deportes.

## DEPORTE ESCOLAR FÚTBOL

- Habilidades técnicas específicas: distintos tipos de conducción de la pelota, control o parada. Pases con cara interna y externa, con empeine, fintas con pelota y sin pelota. Tiro o remate con cara interna, externa, empeine y punta del pie. Posición y desplazamientos defensivos. Remates con la cabeza. Cobertura de la pelota.

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

- Acciones tácticas básicas de ataque: sistemas ofensivos. Posicionamiento en el campo en posesión de la pelota. Búsqueda de espacios libres a corta y larga distancia, rotaciones simples con el portador de la pelota. Tiros con el pie y la cabeza. Tiros libres y córner.
- Acciones tácticas básicas de defensa: sistemas defensivos. Marca en zona; marca individual. Repliegue y presión. Intercepción. Despeje. Relevos defensivos.
- Reglamento: acciones permitidas y no permitidas en posesión de la pelota, infracciones frecuentes, reposiciones de la pelota. Duración del juego. Componentes generales del campo de juego.
- Juego Formal: aplicación de habilidades técnicas y capacidades tácticas básicas en situaciones de juego reducido (3x3, 3x3+1). Modalidades del juego: 5c5; 7c7; 9c9; 11c11.
- Los juegos en ambientes naturales.

#### UNIDAD 4:

- El tono muscular y el movimiento.
- El respeto a la diversidad y a la diversidad de género en la realización de actividades con sus pares.
- La construcción de las representaciones de hombres y mujeres en la sociedad.
- La fuerza, la velocidad, la coordinación y la resistencia en los juegos y los deportes.

#### DEPORTE ESCOLAR HANDBALL

- Habilidades técnicas específicas: manipulación de la pelota, dribbling. Pases y recepciones a diferentes distancias, pase sobre hombro. Lanzamiento a pie firme, en suspensión, con rosca, fly. Amagues y fintas con y sin pelota.
- Acciones tácticas básicas en ataque: ocupación de espacios libres, desmarque a distancia, circulación de la pelota. Recuperación de la pelota, salida rápida o contraataque, ataque rápido.
- Acciones tácticas básicas de defensa: marca individual y zonal, desplazamientos, intercepción y quite de la pelota. Sistema 6-0, 5-1, 3-3
- Reglamento: acciones permitidas y no permitidas en posesión de la pelota y sin la pelota, infracciones frecuentes, reposiciones de la pelota. Duración del juego. Componentes generales del campo de juego.
- Juego Formal: aplicación de habilidades técnicas y capacidades tácticas básicas en situaciones de juego (4c4, 5c5, 5c5+1). Juego 7c7.
- Las técnicas campamentales (orientación diurna y nocturna).
- Los apoyos para cocinar.



Universidad Nacional de Córdoba  
2025

**Hoja Adicional de Firmas  
Informe Gráfico**

**Número:**

**Referencia:** Programa Combinado Séptimo Año Educación Física y Escudras IV

---

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 3 pagina/s.