

Programa de examen

Espacio Curricular: **Curso:** SEGUNDO

Divisiones: A, B, C, D, E y F

Año lectivo: 2022

Profesores: De Rossi, María Sol

Sienra, Ximena

Paloma, Daniel

Carrizo, Jorge

Núcleo N°1: Introducción a la Educación Física

Educación Física: concepto, importancia

El propio cuerpo: sus partes. Posturas básicas para la realización de ejercicios.

Relación entre actividad física y salud. Pautas para un estilo de vida saludable.

Sedentarismo y actividad física

Destrezas: Rol adelante y rol atrás, combinaciones y variantes

Prácticas atléticas: la carrera, los saltos y los lanzamientos, su técnica y fases. Relación con las capacidades motoras.

Unidad N°2: Juegos Motores en equipos

Juegos tradicionales, cooperativos y democráticos, motores de expresión y comunicación.

Utilización e identificación del cuerpo, el espacio y los objetos.

Conceptos de ataque, defensa, técnica, táctica y estrategia.

Clasificación de los juegos de oposición: puntería, campo y bate, campo dividido, invasión, otros.

Respeto a las reglas de los juegos y normas de convivencia

Unidad N°3: Iniciación a los deportes de equipo

Juegos de iniciación deportiva de invasión y campo dividido.

Fundamentos motores básicos de cada deporte (hándbol, básquet y vóley)

Iniciación a los deportes con las dos lógicas internas. Situaciones de ataque y defensa.

Establecimiento y respeto de reglas básicas.

Características del Examen:

Regulares

Previos Regulares

Previos Libres y equivalentes

Oral

Oral

Escrito y oral

Observaciones:

El examen será teórico y práctico, por lo que el alumno/a deberá presentarse con el uniforme de Educación Física y tener el Certificado Único de Salud actualizado.

En el caso que el alumno/a presente algún impedimento físico para realizar el examen teórico, deberá presentar el certificado médico correspondiente.

Recomendamos acercarse a los docentes para informarse sobre el material de lectura.

Bibliografía:

Apuntes de la cátedra (Aula virtual - página web de la institución)

Firmas:

De Rossi, María Sol

Sienra Ximena

Paloma Daniel

Carrizo, Jorge