ESCUELA DE COMERCIO N°6 DE 13 "AMERICA"

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

EVALUACIÓN ESTUDIANTES PENDIENTES TERCER AÑO

El presente trabajo práctico es parte integrante de la evaluación. El mismo deberá estar completo, con información precisa y redactado de manera congruente.
Los trabajos deberán incluir en su presentación:

- Carátula de presentación en la que figure nombre y apellido del alumno, año, división y turno.

1.- GIMNASIA PARA LA FORMACIÓN CORPORAL

a) Realice un mapa conceptual que incluya y relacione los conceptos de educación física, capacidades condicionales, capacidades coordinativas y habilidades motoras básicas.
b) Explique que es una entrada en calor, la importancia que tiene dentro de la sesión de entrenamiento y para la actividad física. Clases de Entrada en calor.
c) Explique y relacione los conceptos de actividad física, vida saludable, prevención de enfermedades, vida sedentaria.
d) Elija dos grupos musculares y realice una rutina de ejercicios para cada uno de ellos que trabaje la fuerza y otra que trabaje la flexibilidad. Deberá incluir las consideraciones generales para cualquier sesión de entrenamiento.

2.- DEPORTES ABIERTOS HANDBALL

a) Cuando se sancionan y como se realizan: saque de arco, de centro, saque lateral, penal y tiro libre. Composición de los equipos y de los partidos. Cómo debe jugar el arquero.
b) Explique la técnica de lanzamiento y todas las modalidades posibles. Su utilización en el juego.
c) Explique el concepto de defensa individual y defensa zonal 3-3.

3.- DEPORTES ABIERTOS VOLLEYBALL

a) Explique todas las maneras posibles de obtener un punto, las características de los toques por equipo y por jugador. Las faltas en vóley. Composición de los equipos. Orden al saque. Errores de rotación.
b) Defina los conceptos de armador y atacante.
c) Explique las zonas del campo de juego, las posiciones y el sistema de juego 6-0 o de armador a turno.

3.- DEPORTES ABIERTOS BASQUET

Marcar con la letra que corresponda, a la respuesta correcta:

Ejemplo, si es correcta la (a) en la respuesta, se pone: 1- a

1-¿Cuántos jugadores necesito para jugar en cancha?:
a- 6 jugadores

b- 7 jugadores

c- 5 jugadores

2-¿En cuántos periodos o tiempos se juega un partido?

a- 2 tiempos o periodos

b- 3 tiempos o periodos

c- 4 tiempos o periodos

3-¿Para trasladarse con la pelota un jugador deberá?

a- picar o driblear la pelota con una mano

b- picar o driblear la pelota con dos manos a la vez

c- pasando la pelota

d- a y c son correctas.

4- ¿Cuál es el largo de la cancha?

a- aproximadamente 30 metros

b- aproximadamente 15 metros

c- aproximadamente 28 metros

5- ¿Cuál es el ancho de la cancha?

a- aproximadamente 10 metros

b- aproximadamente 20 metros

c- aproximadamente 15 metros

VIOLENCIA

1) ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?
2) ¿QUÉ TIPOS DE VIOLENCIAS EXISTEN?
3) ¿ CUÁLES SON LAS PRINCIPALES CAUSAS DE VIOLENCIA?

4) SEGÚN EL VIDEO ¿ ENTRE QUIENES SE PUEDE DAR VIOLENCIA POR MOTIVOS DE

GÉNERO?

5) EN EL VIDEO SE MENCIONA QUE NO EXISTE UNA IGUALDAD REAL ENTRE LOS

GÉNEROS

PARA USTEDES ¿QUE SERIA LA IGUALDAD REAL? ¿CÓMO SE CONSTRUYE?

MATERIAL DE CONSULTA
https://youtu.be/0eSGhHLkBvQ