

Programa de examen

Espacio Curricular: Educación Física

Curso: 6° AÑO

Divisiones: A-B-C-D

Año lectivo: 2022

Profesores: Carrizo, Jorge
De Rossi, María Sol
Gil Fauceglia, Beatriz A
Romero, Gabriel

Núcleo N°1: Capacidades Motoras

Capacidades Motoras: concepto y clasificación en Condicionales, Coordinativas y Mixtas.
Fuerza: concepto, clasificación, desarrollo, generalidades.
Resistencia: concepto, clasificación, desarrollo, generalidades.
Velocidad: concepto, clasificación, generalidades
Coordinación: concepto clasificación, generalidades.
Flexibilidad: concepto clasificación, generalidades
Principios y técnicas de entrenamiento personal para un estilo de vida saludable.
Consumo máximo de oxígeno.
Capacidades motoras y su relación con los Deportes.

Núcleo N°2: Deportes de Invasión

Deportes de Invasión: Básquet - Handball
Análisis y comprensión de la lógica interna del básquet y del handball.
Fundamentos individuales básicos del deporte: dribling, pases, recepciones, ataque con salto, bandeja. Combinaciones y variantes
Fundamentos colectivos básicos del deporte. Situaciones de ataque y defensa.
Reglamentos oficiales.
Deportes de invasión y su relación con las capacidades motoras.
Deportes Alternativos de Invasión.

Núcleo N°3: Deportes de Campo dividido

Deportes de campo dividido: Voley
Análisis y comprensión de la lógica interna del voley.
Fundamentos individuales básicos del voley: manejo alto, manejo bajo, saque bajo direccionado, remate. Combinaciones y variantes
Fundamentos colectivos básicos del deporte: triangulación, tres fases, recepción, ataque con armado. Situaciones de ataque y defensa.
Reglamento oficial.
Deportes alternativos de cancha dividida.

<u>Características del Examen:</u>	Regulares	Oral
	Previos Regulares	Oral
	Previos Libres y equivalentes	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 (fotocopiadora del colegio - página web de la institución)

Firmas:

Carrizo, Jorge:

De Rossi, María Sol:

Gil Fauceglia, Beatriz A.:

Romero, Gabriel: