

**INSTITUTO DR. MANUEL LUCERO**

**Programa de examen**

**Asignatura:** Educación Física

**Profesoras:** Gloria Rozza  
Rosana Servino

**Curso:** 1º Año-Mujeres

**Año Lectivo:** 2007/2008

**Unidad N° 1:** < Juegos: Similitudes y diferencias  
< Juegos Cooperativos, grupales, solitarios, igualitarios y democráticos.  
< Juegos motores de expresión y comunicación.

**Unidad N° 2:** < Capacidades motoras: concepto, clasificación y ejemplos.  
< Resistencia general: carrera, trote.  
< Fuerza: brazos abdominales, piernas, glúteos.  
< Potencia: saltos.  
< Flexibilidad: elongación, movilidad articular.  
< Velocidad: de reacción y traslación.  
< Coordinación: Lateralidad, dominancia y disociación segmentaria.

**Unidad n° 3:** < Destrezas: describir y ejecutar la técnica de rol adelante y rol atrás.

**Unidad N° 4:** < Deportes:  
-Voley: describir y ejecutar manejo alto y bajo a dos manos y saque de abajo.  
- Handbol: describir y ejecutar pase y recepción, dribling y lanzamiento a pie firme  
- Reglas básicas de los deportes.

**Características del examen:** Oral y práctico.

Concurrir al examen con el uniforme de Educación Física. El alumno que presente algún impedimento físico para realizar la parte práctica deberá presentar certificado médico actualizado.

Firmas: Rozza Gloria.....

Servino Rosana.....

