

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.....

