



## **Programa de examen Educación Física 5to año**

**Profesora Antonella Bombardieri**

### **Objetivos:**

- Recuperar los aprendizajes pendientes.
- Demostrar de manera oral la apropiación de los saberes competentes a Educación Física.
- Vivenciar y practicar actividades referentes a los temas abordados.

### **Criterios de evaluación:**

- Uso correcto del vocabulario correspondiente a la materia.
- Capacidad de analizar y comprender los temas abordados.
- Posibilidad de trabajar corporalmente para demostrar ejercicios o juegos.

## **Tema 1:**

### **Capacidades físicas condicionales y coordinativas**

- \_\_ Describir las capacidades físicas condicionales (fuerza, velocidad, resistencia y elasticidad)
- \_\_ Clasificar las capacidades condicionales y coordinativas.
- \_\_ Ejemplificar con actividades, juegos y circuitos.
- \_\_ Género y posibilidades físicas. Reflexión crítica.

## **Tema 2: prácticas acuáticas y en el ambiente natural**

- Capacidades coordinativas asociadas a la práctica de la natación.
- Técnica de crol y espalda.
- Describir tipos de actividades en el ambiente natural

## **Tema 3:**

### **-Los juegos y tipos de juegos.**

- Definición de juego, diferencia entre juego y deporte.
- Tipos de juegos: cooperativos, competitivos, tradicionales, populares, mixtos.
- Ejemplos de juegos. Creación de un juego.

## **Tema 4:**

### **Deporte escolar**

- Deporte fútbol: definición e historia, diferencia entre fútbol femenino y masculino.
  - Reglas de juego, posiciones, errores comunes. Mundiales y juegos olímpicos.
  - Deporte Voley: definición, diferencia entre otros deportes con red
- Reglas básicas de vóley, técnica de pases de manejo alto, manejo bajo, rotación y puntos.

- Deporte handball: definición, reglas de juego, pases y fintas, marque y desmarque, posiciones de los jugadores.
- Deporte softball: historia, reglas básicas, innings y muertos. Homeround y pelota fuera de juego.
- Definición de deporte de aventura, por ejemplo slickline, arborismo y escalada, rapel, skate, etc.

## **Tema 6:**

### **Movimiento expresivo:**

- La sensopercepción.
- Planos y ejes de movimiento.
- Ritmo.
- Folklore y otras danzas.
- Mitos y estereotipos de género en las danzas.
- Baile de chacarera y gato

## **Tema 7:**

### **Primeros auxilios:**

- Definición de primeros auxilios.
- Armado de botiquín.
- Situaciones reales de rescate.
- Maniobra de R.C.P y hemlich.