

**E.E.S.T. N°2 - REPUBLICA DEL PERÚ**  
**PROGRAMA DE EXAMEN DE EDUCACION FISICA.**  
**TRABAJO PRACTICO 2° AÑO**

**PRESENTACION DEL TRABAJO:**

- Se deberá realizar en tinta, con letra clara (no puede estar armado en computadora)
- Carátula con datos del alumno, apellido y nombres, curso, número de DNI y año lectivo.
- Deberá tener mínimo 5 hojas.
- deberá contar con el cuestionario del trabajo de trimestre correspondiente.
- Los TP deberán ser estudiado para ser evaluados en forma oral y escrita.

**1° TRIMESTRE**

- 1.- Huesos-Función del esqueleto humano-Cantidad, clasificación de los huesos y ejemplos de cada uno (huesos largos, planos, cortos)
- 2.- Señalar los nombres de los huesos en un esqueleto humano impreso o dibujado: Frontal, parietal, occipital, temporal, costillas, esternón, clavícula, húmero, cúbito, fémur, tibia, peroné, radio, coxal, sacro y coxis.
- 3.- Músculos: Sobre una figura del cuerpo humano (cara anterior) señalar bíceps braquial, deltoides, cuádriceps, bíceps femoral, abdominales y pectorales.
- 4.- Músculos: Sobre una figura del cuerpo humano (cara posterior) Dorsales, trapecio, glúteos, gemelos, tríceps.

**2° TRIMESTRE**

- 1.- Definir que es la educación física y para que sirve.
- 2.- Beneficios de la entrada en calor. Beneficios de la práctica deportiva y perjuicios por no realizarla.
- 3.- Cualidades Físicas: Define fuerza, velocidad, resistencia y elongación
- 4.- Indique 2 ejemplos de cada una de las cualidades nombradas en el punto 3.

**3° TRIMESTRE**

Deportes Fútbol-Handball-Vóley

- 1.- Elige un deporte y explica brevemente en que consiste el mismo.
- 2.- Mencionar 5 acciones que se permitan y 5 prohibidas con la pelota en el deporte elegido.
- 3.- Dibuja el campo de juego y coloca medidas reglamentarias, nombres y áreas.
- 4.- Como se gana un partido? Tiempo de juego. Menciona diferentes tipos de pases, golpes o lanzamientos.

**EL ALUMNO DEBERÁ PRESENTARSE EN HORARIO CON DNI,**  
**CUADERNO DE COMUNICADOS, ROPA DEPORTIVA Y CONTAR CON**  
**FICHA DE SALUD.**