

E.E.S.T. N°2 - REPUBLICA DEL PERÚ
PROGRAMA DE EXAMEN DE EDUCACION FISICA.
TRABAJO PRACTICO 3° 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.- 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.
- 2.- Músculos: Sobre una figura del cuerpo humano (cara anterior) señalar bíceps braquial, deltoides, cuádriceps, bíceps femoral, abdominales y pectorales.
- 3.- Músculos: Sobre una figura del cuerpo humano (cara posterior) Dorsales, trapecio, glúteos, gemelos, tríceps.
- 4.- Articulaciones: ¿Qué es una articulación? ¿Cuál es su función? Clasificación de las articulaciones brindando un ejemplo de cada una.

2° TRIMESTRE

- 1.- ¿Para que sirven los primeros auxilios?
- 2.- Primeros auxilios su importancia dentro de la educación física, prevención de accidentes. Atención del accidentado.
- 3.- Investiga cómo se realizan las maniobras de RCP. Explique e ilustre.
- 4.- Primeros auxilios de quemaduras, fracturas, esguince y desgarró. Ilustre.

3° TRIMESTRE

Deportes Fútbol-Handball-Vóley

- 1.- Explicación breve de cada deporte.
- 2.- Mencionar 5 acciones que se permitan y 5 prohibidas con la pelota en cada deporte.
- 3.- Dibuja el campo de juego y coloca medidas reglamentarias, nombres y áreas de cada deporte.
- 4.- Describa como se realiza el pase sobre hombro a pie firme, lanzamiento suspendido, y dribling. (especifique que tipos de dribling hay y para que se utiliza cada uno de ellos según deporte.

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