

E.E.S.T. N°2 - REPUBLICA DEL PERÚ
PROGRAMA DE EXAMEN DE EDUCACION FISICA.
TRABAJO PRACTICO 6° 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.- Nombre y explique brevemente los principales sistemas del cuerpo humano (sistema nervioso, circulatorio, respiratorio, excretor, reproductor, digestivo, esquelético y muscular) ¿Qué función cumple cada una?
- 2.- ¿Como actúa cada uno de estos sistemas durante la actividad física?
- 3.- ¿Que es la condición física? ¿De que factores depende la misma? (Los genes, el sexo, la edad, el entrenamiento, los hábitos, la salud)

2° TRIMESTRE

- 1.- ESI (Educación Sexual Integral). Definición e importancia en el ser humano. Diferencie sexo, sexualidad, salud sexual y educación sexual.
- 2.- Investigue métodos anticonceptivos. El embarazo en la adolescencia.
- 3.- Enfermedades venéreas. Distintos tipos y formas de contagio.
- 4.- Violencia. Tipos de maltrato. Definición de violencia y agresividad. ¿Qué es la violencia familia? Define violencia social, violencia doméstica, violencia de genero. Factores que generan la violencia, violencia psicológica. Organismos en la Argentina a los que se puede recurrir ante un tipo de violencia.

3° TRIMESTRE

- 1.- Investigar cuales son las lesiones deportivas más frecuentes y definir cada una.
- 2.- Biotipos deportivos. Características generales de los biotipos deportivos. Diferenciación del biotipo de acuerdo a la función deportiva (arquero, velocista, lanzador de disco, maratonista, etc)
- 3.- Alteraciones musculares. ¿Qué es la debilidad muscular? ¿Qué es la distrofia, hipertrofia y la atrofia muscular? Investigar causas y tratamientos para cada alteración mencionada.
- 4.- Investigar que relación de trabajo-descanso es aconsejable para un buen rendimiento físico. Explicar que importancia tiene para la vida diaria y relacionarlo con el tiempo que le dedicas a la educación, el deporte, las redes sociales, tiempo libre, familia, etc.

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