

Guía Orientadora de Educación Física Previos 2020-2021

5° año

1. ¿Cuáles son las lesiones deportivas más comunes?
2. ¿Cuál es la diferencia entre Actividad Física y Educación Física Escolar?
3. ¿Cuáles son las diferencias entre un grupo y un equipo?
4. ¿Para qué sirve la entrada en calor? ¿Cómo se debe realizar?
5. Nombrar al menos 3 músculos del miembro superior y describir cómo es su elongación.
6. **Handball:**
 - a. Terreno de juego:
 - i. Longitudes
 - ii. Zonas
 - b. Jugadores:
 - i. Cantidad de jugadores dentro de una cancha.
 - ii. Cantidad de jugadores dentro de un equipo.
7. **Voley:**
 - a. Terreno de juego:
 - i. Longitudes
 - ii. Zonas
 - b. Jugadores:
 - i. Cantidad de jugadores dentro de una cancha.
 - ii. Cantidad de jugadores dentro de un equipo.

El carácter de esta guía es orientativo, tener en cuenta que se evaluará una parte teórica y una parte práctica, donde se realizará una demostración de ciertos fundamentos.