

## **PROGRAMA DE EXAMEN 2023**

**ESTABLECIMIENTO: CET N°13**

**ASIGNATURA: Educación Física**

**CURSO: 2°3° E CS**

**PROFESORA: Mullally Nadia**

- Clasificación de los deportes: Cíclicos (aeróbicos y anaeróbicos) y Aciclicos (colectivos e individuales)
- Capacidades condicionales, definición de:
  - Fuerza: fuerza máxima, fuerza resistencia, fuerza explosiva
  - Resistencia: aeróbica y anaeróbica
  - Velocidad: Gestual, de desplazamiento
  - Flexibilidad: estática y dinámica

Relación de las capacidades con las Habilidades Especificas de los deportes.

- Juegos Deportivos: características e invención de un juego mencionando reglas, espacio, N° de participantes, objetivo, puntuación, materiales.
- Corporeidad y estereotipos: definición y relación con los medios de comunicación.