

## Programa de Examen 2019

Asignatura: Educación Física



Docente: Carlos Garaboa

Curso: 2do año Divisiones A, B y C

### ○ **Contenidos**

- Resistencia aeróbica, aeróbica anaeróbica y anaeróbica
- Fuerza
- Flexibilidad y Coordinación
- Salud y Conciencia corporal
- Vida en la naturaleza
- Juegos y Deportes (Hándbol, Tchoukball, Voleibol, Softbol, Rugby, Fútbol)

### ○ **Criterios de Evaluación**

- Asistencia mínima del 80 % a clase. Puntualidad
- Presencia con uniforme reglamentario de Ed. Física (zapatillas, medias de deporte blancas, pantalón corto azul o pantalón de gimnasia azul, remera del colegio bordó o blanca, buzo azul). Días de lluvia traer carpeta y útiles escolares.
- Presentar Certificado de Aptitud física en término.
- Traer cuaderno de comunicados a clase.
- Presentación de certificados que justifiquen inasistencias dentro de las 48 hs de producidas.
- Justificaciones de alumno sin actividad física deben presentarse la clase posterior al inconveniente.
- Participar en clase en un ambiente de trabajo basado en la confianza, el reconocimiento del otro y la comunicación, que promueva el trabajo en equipo y la resolución no-violenta de conflictos.
- Mostrar interés en participar en la actividad, deseos de superación.
- Presentación de trabajos prácticos del año

### ○ **Instrumentos de Evaluación**

- Se adjunta Matriz Valorativa

### ○ **Bibliografía**

- Se adjunta Material de lectura obligatoria