

FEINA DE PENDENTS EDUCACIÓ FÍSICA

Aquesta feina s'ha d'entregar el dia i a l'hora de l'examen just abans de començar-lo, dilluns 16 d'abril de 2018 a 4a hora, a la sala d'actes. Aquesta feina tindrà un pes del 60% de la nota de recuperació. L'examen comptarà un 40%. Els continguts de l'examen són exactament els de la feina.

SI TENS PENDENT EDUCACIÓ FÍSICA DE **1r ESO**

1. Defineix que és un escalfament general, quina és la seva finalitat i anomena quines són les seves parts.
2. Defineix la capacitat física de la resistència i descriu un joc a on es treballi aquesta capacitat.
3. Del bàsquet:
 - a. Anomena quins són els gestos tècnics en atac
 - b. Digues quina es la diferència entre passes i dobles.
 - c. Descriu quines són les accions que pots fer per defensar a l'equip contrari.
4. Que és l'expressió corporal? Quina relació hi ha entre el ritme i els beats d'una cançó?
5. Quines són les proves de l'atletisme. Divideix-les per disciplines.
6. Anomena les principals diferències entre el rugbi tag i el rugbi convencional.
7. Quants jugadors componen un equip de voleibol? Quant dura un partit? Què és la rotació? Anomena totes les maneres que hi ha d'aconseguir punt.

SI TENS PENDENT EDUCACIÓ FÍSICA DE **3r ESO**

1. Escull 2 jocs o esports alternatius i explica breument les regles de joc.
2. Quins són els elements comuns en tots els jocs alternatius i que els diferencien de la resta de jocs i esports?
3. Del voleibol:
 - a. enumera els gestos tècnics que hi ha i explica quina finalitat tenen en el joc
 - b. Fes una petita descripció tècnica de cada un, amb un petit dibuix.
 - c. Des del servei d'un equip fins al remat de l'altre, enumera les accions de joc que trobaríem.
4. Enumera les Capacitats Físiques Bàsiques i fes-ne una breu descripció de cada una.
5. Proposa 2 exercicis per a treballar cada una d'elles.
6. Enumera 3 esports de raqueta i descriu breument les regles.
7. Tria'n 2 i descriu els gestos tècnics que té.
8. De l'handbol, dibuixa un camp i explica les restriccions que tenen algunes àrees (on els jugadors no hi poden entrar)
9. Enumera 3 jocs populars de les illes balears i explica com hi jugaries.