

ESCUELA DE ENSEÑANZA SECUNDARIA N° 8

EDUCACIÓN FÍSICA

Programa de examen de 5° y 6° año para completar el nivel.
Modalidad teórico.

El interesado deberá demostrar conocimientos sobre:

- Constitución estructural del cuerpo humano; concepto y función de huesos, músculos y articulaciones.
- Conceptos de cualidades físicas; resistencia aeróbica, resistencia anaeróbica, fuerza, velocidad y elasticidad muscular.
- Descripción de ejercicios de fuerza y elongación de distintos grupos musculares.
- Deportes; fundamentos básicos de Handbol y de Voley.
- Hábitos saludables; generalidades.
- Adicciones; concepto. Cuidado y prevención.

Tomás Rossetto
Profesor de E.F.
Jefe de área.

Presentarse con ropa deportiva y con DNI.