

CONTENIDOS Y PRUEBAS EXTRAORDINARIAS 2018/19

EDUCACIÓN FÍSICA

1º ESO

El alumnado realizará una prueba teórico-práctica. Debe asistir con ropa deportiva. Se iniciará con el examen teórico con una duración máxima de 20 minutos.

Contenidos del examen teórico:

- Reglamento del brulé. Apuntes EVAGD, 10%

Contenidos del examen práctico:

- Realización de un calentamiento de 10 minutos. Se comprobará que el alumnado es capaz de realizar el calentamiento de manera autónoma por lo cual debe tener clara la rutina del calentamiento, orden, intensidad y ejercicios a realizar, 20%
- Test de Course Navette, 10%
- Salto horizontal ó 10x5 m. Elegir una de las dos, 10%
- Lanzamiento de balón medicinal de 3 Kg ó suspensión de brazos en barra. Elegir una de las dos, 10%.

Los baremos a aplicar en estas pruebas físicas son los que se encuentran en EVAGD rango de edad 12-13 años.

- Prueba de agilidad y coordinación: Ser capaz de realizar una voltereta hacia adelante finalizando de pie con pies juntos, descripción en la EVAGD, 20%
- Prueba de saltar a la comba. Mínimo 20 saltos a pies juntos y 20 saltos alternado pies y variando el ritmo, 20%

EDUCACIÓN FÍSICA

2º ESO

El alumnado realizará una prueba teórico-práctica. Debe asistir con ropa deportiva. Se iniciará con el examen teórico con una duración máxima de 20 minutos.

Contenidos del examen teórico:

- Lucha Canaria. Apuntes EVAGD, 10%

Contenidos del examen práctico:

- Realización de un calentamiento de 10 minutos. Se comprobará que el alumnado es capaz de realizar el calentamiento de manera autónoma por lo cual debe tener clara la rutina del calentamiento, orden, intensidad y ejercicios a realizar, 20%
- Test de Course Navette, 10%
- Salto horizontal ó 10x5 m. Elegir una de las dos, 10%
- Lanzamiento de balón medicinal de 3 Kg ó suspensión de brazos en barra. Elegir una de las dos, 10%.

Los baremos a aplicar en estas pruebas físicas son los que se encuentran en EVAGD rango de edad 12-13 años.

- Prueba de lanzamiento de frisbee. Ser capaz de lanzar y recibir el disco de dos formas diferentes con precisión a una distancia de 10 m. 10 lanzamientos, 20%
- Prueba de malabares con pelotas. Realizar el mayor numero posible de ejercicios de la hoja de 10 ejercicios de malabares entregada al alumnado en EVAGD, 20%

EDUCACIÓN FÍSICA

3º ESO

El alumnado realizará una prueba teórico-práctica. Debe asistir con ropa deportiva. Se iniciará con el examen teórico con una duración máxima de 20 minutos.

Contenidos del examen teórico:

- Anatomía, 20%

Contenidos del examen práctico:

- Realización de un calentamiento de 10 minutos. Se comprobará que el alumnado es capaz de realizar el calentamiento de manera autónoma por lo cual debe tener clara la rutina del calentamiento, orden, intensidad y ejercicios a realizar, 10%
- Test de Course Navette, 10%
- Salto horizontal ó 10x5 m. Elegir una de las dos, 10%
- Lanzamiento de balón medicinal de 3 Kg ó suspensión de brazos en barra. Elegir una de las dos, 10%.

Los baremos a aplicar en estas pruebas físicas son los que se encuentran en EVAGD rango de edad de 14 años.

- Prueba de kenpo karate. Ejecutar la kata o primera forma corta de kenpo karate. Consultar en EVAGD, 20%
- Prueba de malabares con pelotas. Realizar el mayor numero posible de ejercicios de la hoja de malabares entregada a los alumnos. Consultar en EVAGD, 20%

EDUCACIÓN FÍSICA

4º ESO

El alumnado realizará una prueba teórico-práctica. Debe asistir con ropa deportiva. Se iniciará con el examen teórico con una duración máxima de 30 minutos.

Contenidos del examen teórico:

- Primeros Auxilios, 10%
- Reglamento de Softbol, 10%

Contenidos del examen práctico:

- Realización de un calentamiento de 10 minutos. Se comprobará que el alumnado es capaz de realizar el calentamiento de manera autónoma por lo cual debe tener clara la rutina del calentamiento, orden, intensidad y ejercicios a realizar, 10%
- Test de Course Navette, 10%
- Salto horizontal ó 10x5 m. Elegir una de las dos, 10%
- Lanzamiento de balón medicinal de 3 Kg ó suspensión de brazos en barra. Elegir una de las dos, 10%.

Los baremos a aplicar en estas pruebas físicas son los que se encuentran en EVAGD rango de edad de 15 años.

- Prueba de palas. Ser capaz de lanzar la pelota contra la pared con un bote de forma continua a una distancia de 5m. +20 lanzamientos, 20%
- Prueba de baloncesto. Conseguir el mayor número posible de canastas en treinta segundos, 20%