

UD2 "LA CONDICIO FISICA"

1. A una cartolina grossa fes un mural sobre la Condició Física. Ha de tenir els següents punts:

1. La Resistència: Definició, tipus (explicat) i intensitat de la freqüència cardíaca i exemples de cadascuna (imatges)
2. Com es mesura la freqüència cardíaca, lloc i temps (imatges)
3. La Força: Definició, tipus (explicat) i exemples (imatges)
4. La Velocitat: Definició, tipus (explicat) i exemples (imatges).
5. La Flexibilitat: Definició, tipus (explicat) i exemples (imatges).
6. Sedentarisme: Definició i imatges

UD6 "L'HANDBOL"

2. A una cartolina grossa fes un mural sobre l'Handbol. Ha de tenir els següents punts:

1. Dibuix pista d'handbol(actual): Línies, porteries, dimensions...
2. Dibuix i explicació dels jugadors a la pista.
3. Reglament: Duració d'un partit, accions antireglamentaries i sancions disciplinaries.
4. Dibuix de les tècniques de passada i llançaments

UD8 "EL BÀSQUET"

3. A una cartolina grossa fes un mural sobre el bàsquet. Ha de tenir els següents punts:

1. Dibuix pista de bàsquet(actual): Línies, cistelles, dimensions...
2. Dibuix i explicació de la triple amenaça.
3. Dibuix i explicació del bot de progressió i bot de protecció
4. Dibuix i explicació de l'entrada a cistella.
5. Dibuix i de la posició dels jugadors en atac amb el nom.
6. Dibuix dels sistemes defensius 2-3, 2-1-2 i 1-2-2

S'avaluarà el contingut (**definicions, expressió...**) i la presentació (**dibuix, colors, lletra...**)

EXAMENS SETEMBRE 2016

Examen teòric: Es farà un examen dels continguts que s'han desenvolupat durant el curs en el dossier i a les sessions d'EF. Hi haurà preguntes de vertader o fals, resposta curta i dibuixar. L'examen té una puntuació sobre 40.

Examen pràctic: Es faran diferents circuits de les habilitats tècniques desenvolupades en les UDD. A més, s'haurà de preparar una de les coreografies de les danses del món.

No portar la roba i les sabates adequades suposa no poder realitzar les proves pràctiques de recuperació.