**Alumnos Libres:**

* La evaluación consta de dos partes una práctica y otra teórica, debiendo el alumno aprobar ambas para aprobar la materia.
* El alumno deberá presentarse con DNI y el apto físico correspondiente (Recordar que el apto tiene una validez de un año)

**Evaluación Práctica:**

* **Evaluación de las capacidades condicionales:** Resistencia ( 8 minutos)
* **Vóley:**

**Juego 3vs3. Ubicación en la cancha, rotación** **para 1er y 2do año. 3ro, 4to y 5to 4vs 4 observando armado de juego**

En caso de encontrarse uno o dos alumnos se evaluara individualmente: Golpe de manos bajas y golpe de manos altas.

* **Hándbol:**

**Juego 3vs3 con lanzamiento en lo que se observa ya habilidades motoras específicas del hándbol (**Pase y recepción. Lanzamiento a pie firme, Dribling)

En caso de encontrarse uno, dos o tres se evaluaran individualmente

* **Fútbol:**

**Juego 4 vs 4**, en caso de encontrarse uno, dos o tres alumnos se evaluaran individualmente (Conducción. Pase y recepción, tiros al arco).

**Evaluación Teórica:**

La información solicitada se debe obtener de las páginas propuestas

1. **HABITOS DE VIDA SALUDABLE.**

**(**Pagina del Ministerio de Salud y Protección Social. Estilos de vida saludable)

* Concepto de vida saludable
* La postura: importancia de adquirirla para la formación corporal
* Actividades que protegen la salud: Cuidados personales
* Prevención de lesiones (vestimenta, calzado, entrada en calor, elongación, y lo que considere agregar))
1. **ALIMENTACION SALUDABLE**

**(**Pagina Alimentación saludable del Portal del Ministerio de Salud de la Nación)

* Alimentación es igual a Nutrición?
* Clasificacion de los alimentos, ovalo Nutricional
* Hidratación: su importancia
1. **MEDIOS MASIVOS DE COMUNICACIÓN Y CONSUMO**

(Consignar bibliografía o nombre de la página de la cual se obtuvo la información)

* Dispositivos y nuevas tecnologías: su influencia en la práctica física y deportiva. Redes Sociales

**Los Reglamentos de los deportes aquí enunciados se obtienen de las páginas de las federaciones correspondientes.**

**ATLETISMO**: Reglas que tienen que ver con:

Clasificacion de las Disciplinas que forman parte del Deporte Atletismo

 Clasificacion de las carreras. Clasificacion de los lanzamientos, Clasificacion de los lanzamientos.

**HANDBOL:** Reglas que tienen que ver con:

* La cancha, forma y nombre de las líneas.
* Saque lateral
* Saque tiro libre
* Gol y como se reanuda el juego después
* Que pueden y no pueden hacer los jugadores
* Que puede y no puede hacer el arquero

**VOLEIBOL:** Reglas que tienen que ver con:

* Posiciones en la cancha 6vs6
* Rotación, posición de los jugadores
* De donde se realiza el saque y que jugador lo ejecuta, cuando se considera bueno el saque y cuando malo
* Cuando es punto o tanto a favor de quien saca y en contra
* Cuando una pelota se considera adentro en el juego o afuera

**FUTBOL**: Reglas que tienen que ver con:

Diferencias y similitudes entre futbol 11 y futsal con respecto a:

* Atribuciones de los jugadores
* Atribuciones del arquero
* Tiros libres
* Saque lateral