



UNIVERSIDAD DE LONDRES - PREPARATORIA
CLAVE DE INCORPORACIÓN UNAM 1244

Guía para examen extraordinario de: **EDUCACIÓN FÍSICA V**
Plan: 96 Clave: 1513 Año: 5º Ciclo escolar: 10-11

OBJETIVO.

Mediante este examen final lograr retomar los conocimientos adquiridos durante el ciclo escolar y así poder darle pauta para el próximo curso de Educación Física V.

Instrucciones: Los conceptos que a continuación se presentan tan solo son temas con los que se te evaluara durante el examen extraordinario, investigalos y aprende conceptos y fundamentos de cada actividad deportiva

- 1.-Concepto de Educación Física
- 2.- ¿En qué nos sirve conocer la higiene dentro de la conservación del estado físico?
- 3.- Sistemas energéticos.
- 4.- ¿Qué es la motricidad?
- 5.- Historia de juegos Olímpicos
- 6.- Atletismo concepto, historia y elementos.
- 7.- El voleibol es un juego de conjunto por qué.
- 8.- Básquetbol: concepto, historia y elementos.
- 10.- Natación: concepto, historia y elementos.
- 11.- Primeros auxilios básicos

BIBLIOGRAFIA.

Básica

1. Gollnick, P.D., Astrand P. O. y Jarmansen, L., *Esfuerzo físico y fatiga*. México D.F., IPN Esc. Sup. Med. Sec. Graduados, Depto. Ciencias Filosóficas, 1984.
2. Gunter, Baumler y Claus, Schneider, *Biomecánica deportiva. Fundamentos para el Estudio y la Práctica*. Ediciones Roca, 1989.
3. Guzmán, A. C. Dr., *Fisiología humana*. Interamericana, 6a. edición.
4. Hegedus, Jorge de, *Enciclopedia de la musicalización deportiva*. Stadium. la. de. 1977.
5. McArdle, W. D., Katch F. Y. y Katch V. L., *Fisiología del ejercicio. Energía, Nutrición y Rendimiento*. Alianza editorial S. A. Madrid! 990.
6. Morales Córdoba, Jesús, *Educación física escolar*. Gobierno del Estado de Veracruz.
7. Nikerson R., *Enseñar a pensar*. Barcelona, Paidós, 1987.
8. Pila, Teleña, *Educación física y deportiva*. Madrid, España.
9. Reglamento Deportivo actualizado de Basquetbol de la Federación Internacional de Basquetbol.
10. Reglamento Deportivo actualizado de Fútbol de la Federación Internacional de Fútbol.
11. Reglamento Deportivo actualizado de La Federación Internacional de Natación.
12. Reglamento Deportivo actualizado de la Federación Internacional de Voleibol.

Consulta.

- Gardner E. Gray D.J y Orahilly R. "Anatomía". Savat Editores, 2° edic., 1971.
- Kurt Meinel, Gunter Schnabel Teoría del movimiento: Motricidad deportiva
Publicado por Editorial Stadium S.R.L., 2004
- Lopez Gacía, Norberto. (1980). Anatomía, fisiología e higiene, México; editor Francisco Mendez Oteo.
- Varios (1992), Guía Didáctica de Protección Ambiental
En la Escuela, México, SEP.
- Solomon, Henry A. (1987). El mito del ejercicio. México; Ediciones Cía Editorial S:A
- Programa del Departamento de Actividades Deportivas y Recreativas de la E.N.P., 1990.91 y 92