

## **Recuperació setembre Educació Física 3r curs**

**2015-2016**

- 1) *Per poder recuperar el curs 2015-2016 els alumnes hauran de portar un esquema de cada un dels temes avaluats durant aquest curs. En el cas dels alumnes de 3r hauran de presentar un esquema de:*
  - *El Bàsquet.*
  - *L'atletisme*
  - *El Floorball.*
  
- 2) *També hauran de tornar aquesta bateria de qüestions correctament omplerta.*
  
- 3) *Finalment hauran de treure més d'un 5 de la nota de la prova escrita ( cal dir que les preguntes seran extretes de les preguntes que es demana en l'apartat anterior).*

## El Bàsquet

- 1) Dibuixa un camp de bàsquet i indica'n 5 zones clau.
- 2) Descriu què és un pivot i un base?
- 3) Què vol dir estar en bonus? Què passa si el teu equip està "en bonus".
- 4) Posa dos exemples de faltes tècniques.
- 5) Descriu 5 tipus de passades.
- 6) Quina puntuació té una esmaixada? I un tir lliure?
- 7) Què és la defensa en zona? Posa dos exemples.
- 8) Fes un 5 inicial amb alumnes de la classe i justifica el perquè de la seva posició.
- 9) Què vol dir defensa individual?
- 10) Què és una falta personal? Com es penalitza " si el jugador està llançant un triple"?

## L'atletisme

- 1) Quines són les dues temporades competitives de l'atletisme? Quines diferències hi ha entre les dues?
- 2) Què és la corda en el món de l'atletisme?
- 3) Dibuixa un estadi i situa on es fa cadascuna de les proves.
- 4) Quines són les competicions més importants, i cada quan es celebren.
- 5) Com es classifiquen les curses atlètiques? Posa un exemple de cada una?
- 6) Digues dues proves de sortides altes i dues de sortides baixes.
- 7) Descriu en què consisteix una prova d'obstacles. Què és un rial?
- 8) Classifica els salts i digues quines proves hi ha de cadascun d'ells.
- 9) Quines són les fases d'un salt? Quina diferència hi ha entre la cursa del salt de longitud i el triple salt.
- 10) De quants quilos és el disc den el llançament per categoria masculina i quants per categoria femenina?

## **El Floorball**

- 1) D'on prové el floorball i per què?
- 2) Quants jugadors hi ha al terreny de joc? Quants estics hi ha en total al terreny de joc? Quina distribució temporal té un partit de floorball?
- 3) Es pot tocar la pilota amb el peu o el pit? Justifica la teva resposta.
- 4) Com és un estic de floorball? Digues dues diferències respecte l'estic de hoquei sala.
- 5) Digues 5 accions no permeses en el floorball.
- 6) Digues 5 accions permeses en el floorball.
- 7) Defineix stroke in, stroke free i penalty stroke.
- 8) Què és una pròrroga? Explica dues maneres de desfer-la.
- 9) Digues 5 diferències entre el hoquei sala i el floorball.
- 10) Descriu què és un regat, marcatge i push.