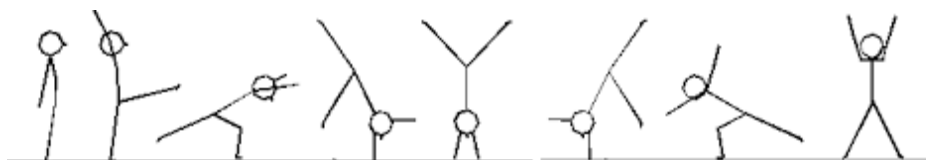


## HABILIDADES DEPORTIVAS

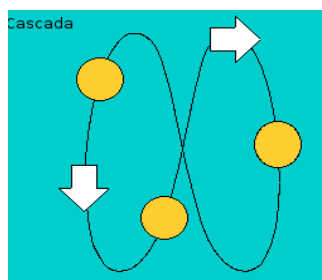
### RUEDA LATERAL

- El ejercicio se realizará en la colchoneta hacia **ambos lados** apoyando, en primer lugar, la mano derecha en la primera voltereta y la mano izquierda en la segunda.
- El aspirante tendrá **un intento**.



### MALABARES

- De pie, cascada de tres pelotas de tenis, en un movimiento continuo, lanzando las pelotas al aire, alternativamente, de abajo hacia arriba.
- El aspirante tendrá **dos intentos** para realizar **diez lanzamientos** comenzando y terminando en la misma posición corporal, sin desplazamiento y sin mover los pies.



### SALTOS DE COMBA

Realizar la siguiente secuencia, de forma continuada, sin rebote y sin ningún tipo de desplazamiento:

- **4 Saltos alternativos** sobre cada pie hacia delante, sin rebote.
- **4 Saltos con pies juntos** hacia adelante.
- **1 Salto doble** (hacer girar la cuerda dos veces por salto) con pies juntos hacia delante.
- **2 Salto con pies juntos** hacia adelante.
- **1 Salto cruzando y descruzando la comba** con pies juntos hacia delante, en un solo salto.
- **4 Saltos con pies juntos** hacia adelante.

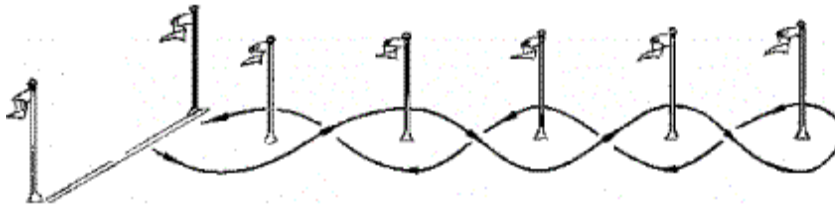
El aspirante tendrá **dos intentos**

## FÚTBOL Sala

Realizar un circuito de 10 metros de longitud, de coordinación óculo-pie, con desplazamiento en zig-zag entre conos separados entre sí 2 metros. Conducir el balón, con el **interior y el exterior del pie, a la ida con el pie derecho, y a la vuelta con el izquierdo.**

- Tiempo máximo de ejecución 20 segundos.
- El aspirante tendrá **un intento** para realizar el ejercicio, sin rozar ninguno de los obstáculos.

Desarrollo: de pie detrás de la línea de salida con el balón en pie derecho. Se ordenará la salida a la voz de "Listos".... "Ya". Realizará el recorrido de ida y vuelta, finalizando cuando se sobrepase dicha línea.



**PRUEBA PRÁCTICA**  
**Especialidad: Educación Física.**

El aspirante deberá realizar la Parte A (Prueba práctica) en el papel auto copiables por separado sobre:

A.- Resolución y justificación por escrito de un supuesto práctico de un análisis biomecánico y funcional de un determinado gesto técnico.

B.- Resolución y justificación por escrito de un supuesto práctico.

**A.- Resolución y justificación por escrito de un supuesto práctico de un análisis biomecánico y funcional de la MARCHA.**

El opositor deberá empezar a escribir en las hojas auto copiables.

- 1.- Define el ciclo de la marcha.
- 2.- Explica las fases del ciclo de la marcha.
- 3.- Enumera y dibuja las fases del un ciclo de la marcha con los dos pies, estableciendo los % en los diferentes apoyos.
- 4.- Describe como es la trayectoria del centro de masas en el plano sagital en la marcha.
- 5.- Determina la altura del centro de masas en la marcha, en el plano sagital.
- 6.- Precisa cuántos máximos y mínimos se producen en el movimiento del centro de gravedad y en qué fase.
- 7.- Explica, dibuja los movimientos articulares (monogramas) y representa la curva ángulo/tiempo de la cadera, rodilla y tobillo en un ciclo de la marcha.
- 8.- Dibuja la curva de la fuerza de reacción vertical en función del tiempo, durante la fase de apoyo.
- 9.- Realiza un análisis de la actividad muscular según las fases de la marcha, en tobillo y cadera/rodilla

## **B.- Resolución y justificación por escrito de un supuesto práctico.**

**El opositor deberá empezar a escribir en las hojas auto copiables**

CONTEXTUALIZACIÓN:

IES Centro de escolarización preferente situado en la zona Sur de la Comunidad de Madrid con un nivel socio cultural medio, de línea 3 en ESO y 2 en Bachillerato inmerso en varios proyectos pedagógicos pero ninguno relacionado con la práctica de actividad física y la salud. Cuenta con gimnasio, pistas deportivas y material convencional para la asignatura específica de E.F.

Grupo de 2º de ESO cuya ratio es de 29 alumnos y tan sólo un 10% hace actividad física de forma regular (3 veces por semana) fuera del centro, fundamentalmente por falta de hábito y motivación. Entre el alumnado del aula se encuentran: una alumna con problemas de alimentación que presenta bajo peso ( IMC 17%) así como muy poca inclusión en el aula, dos alumnos TDAH y un alumno con espina bífida en silla de ruedas

ACTUACIONES:

1. Desarrolle una sesión, para el aula descrita, de actividades artístico expresivas: ACROSPORT, estableciendo las diferentes partes y contenidos de la sesión y desarrollando:
  - Diferentes agrupaciones y formaciones en horizontal y en vertical (teniendo en cuenta que las agrupaciones serán de 8 alumnos como máximo)
  - Estrategias metodológicas para incluir a todo el alumnado de la clase.
  - Adaptaciones curriculares a los posibles lesionados.
2. RESPONDA A LOS SIGUIENTES EPÍGRAFES:
  1. Enumere los tipos de agarre y apoyos en Acrosport y relaciónelos con las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas.
  2. Ubique la sesión propuesta en la normativa básica y autonómica.
  3. Relacione la Unidad Didáctica de Acrosport en la que se encuentra la sesión con el elemento transversal: *“igualdad efectiva entre hombres y mujeres”*
  4. ¿Qué procedimiento y normativa de aplicación se debe seguir ante la reclamación de la nota final ordinaria de la asignatura?
  5. ¿Quién tiene la competencia de elaborar las programaciones didácticas y qué normas las regula?