



Llinatges:

Nom:

Document d'identificació:

Qualificació	
--------------	--

PRUEBA DE ACCESO A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR

Convocatoria mayo de 2010

Parte específica: Educación física

1. CONDICIÓN FÍSICA

- a. Definición y tipos de velocidad como capacidad física condicionante.
- b. Cita y explica los principios del entrenamiento más relevantes.

2. HÁBITOS TÓXICOS QUE PERJUDICAN LA SALUD

- a. Describe los efectos nocivos de una dieta desequilibrada para el organismo.
- b. Describe los efectos y consecuencias que puede provocar en el organismo una forma de vida sedentaria.

3. NUTRICIÓN

- a. Detalla las ventajas para el organismo de la conocida "Dieta Mediterránea".
- b. Cuáles son los principios inmediatos y en qué tanto por ciento deberían aparecer en una dieta equilibrada.

4. JUEGOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS

- a. Define las actividades recreativas y sus características básicas.
- b. Qué son los juegos tradicionales y populares. Pon un ejemplo de las Baleares.

5. ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

- a. Clasificación de las actividades en la naturaleza.
- b. Nombra y describe los deportes de riesgo y aventura.