

PRUEBA DE ACCESO

A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR

Junio de 2001

Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.

Duración: 2 horas 30 minutos.

EDUCACIÓN FÍSICA

De los 7 bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar 5, los que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan. Dispones de 1 hora y 30 minutos.

1. Desde cualquier punto de vista, parece una evidencia que el ejercicio físico, actividad física y/o deporte son elementos condicionantes de la calidad de vida y por ende de la salud y el bienestar, ya que existen suficientes datos tanto cuantitativos como cualitativos que concluyen que la actividad física realizada de forma regular es una conducta saludable.
¿En qué medida influye el ejercicio físico, la actividad física o el deporte en el logro de una mayor calidad de vida?
¿Qué tipo de actividades físicas o deportivas consideras beneficiosas y saludables? Cita algunos ejemplos.
2. Antes de elaborar un Plan personal de mejora de la Condición física, es necesario analizar una serie de cuestiones importantes: nuestro nivel inicial de condición física, el tiempo disponible para hacer un entrenamiento regular, y también, planificar el entrenamiento definiendo el trabajo a lo largo de las sesiones de entrenamiento, de manera que se adapten a los principios y leyes del entrenamiento y al nivel de condición física inicial.
Explica los pasos a seguir a la hora de elaborar un Plan de mejora de la condición física general y los aspectos que hay que tener en cuenta en su elaboración. Ejemplifica una semana del plan.
Indica las partes de una sesión de entrenamiento explicando cual es su función y qué tipos de actividades se realizan en cada una de ellas.
3. El estiramiento es algo natural, espontáneo y reflejo. Nos estiramos después de estar inactivos o mantener una postura durante un tiempo, después de estar un buen rato sentados, al levantarnos por la mañana, etc. También utilizamos el estiramiento, de forma consciente y organizada dentro de la práctica de actividad física y deportiva por los beneficios que nos aportan en muchos aspectos.
Sabrías decir qué beneficios produce la práctica regular de estiramientos. En qué ocasiones es recomendable su realización.
Indica las normas básicas para la realización correcta de los ejercicios de estiramiento.
Describe en total cinco ejercicios de estiramiento, dirigidos a grupos musculares diferentes. No te olvides indicar la musculatura implicada en cada estiramiento.
4. Los nutrientes son un conjunto de sustancias necesarias para vivir, crecer y realizar actividad física, y se obtienen de los alimentos. Se pueden clasificar en seis grupos, teniendo en cuenta su valor energético, estructural y regulador.
Enumera los nutrientes más importantes, indica cual es su función principal y pon un ejemplo de cada uno.
¿Qué principios básicos hemos de tener en cuenta a la hora de confeccionar nuestra dieta para que la alimentación sea correcta?
5. Los aspectos tácticos y estratégicos de los deportes colectivos se basan en dos situaciones de juego dependiendo de si se tiene la pelota o no: el ataque y la defensa. El ataque se caracteriza por la posesión de la pelota y por la posibilidad de marcar puntos, mientras que la defensa tiene por objeto recuperar la posesión de la pelota, impedir la progresión del equipo contrario y evitar que marque.
Explica en qué consiste y para que se utiliza cada uno de los siguientes recursos de ataque: desmarcaje, bloqueo, contraataque, ataque en sistema.
¿Qué tipos de defensa se utilizan habitualmente?. Explica en que consiste cada uno de ellos y cuando se utiliza.
6. La relajación es un factor importantísimo de la expresión corporal, ya que permite que los movimientos expresivos se realicen de forma fluida, con un control postural del cuerpo.
Enumera los beneficios que produce la práctica regular de la relajación.
Describe una técnica de relajación que conozcas indicando los pasos a seguir para su correcta ejecución. Indica además las condiciones ambientales más adecuadas para su puesta en práctica.

7. Más de tres millones de personas escuchan todas las noches los programas radiofónicos. La rivalidad por conseguir los mejores resultados en el índice general de medios les lleva a buscar diferentes fórmulas que atraigan a la audiencia sin ningún pudor a la hora de tratar temas escabrosos de la actualidad deportiva. ¿Crees que los medios de comunicación social, radio, prensa y televisión, tienen gran parte de culpa de la agresividad y violencia que ocurre en el deporte actualmente?. Razona tu respuesta. Además de los medios de comunicación. ¿Existen otros factores o elementos de la competición que favorezcan situaciones de violencia o agresividad en el deporte?. Explica su influencia.

PSICOLOGÍA

De los cinco bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar un máximo de 4, los que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan, pues tienes tiempo suficiente (1 hora). Sobre todo no olvides que esta prueba no está pensada para intentar que no apruebes sino para demostrar que puedes seguir con aprovechamiento las enseñanzas del ciclo para el que te has matriculado.

1^{er} BLOQUE. Lee el siguiente texto y contesta a las cuestiones que se te plantean:

"El hombre ha conocido siempre la existencia de diferencias entre sus semejantes. Ha sostenido variadas teorías, creencias o supersticiones relativas a la causa de tales diferencias, y las ha interpretado de forma distinta, de acuerdo con su propio fondo tradicional. Entre los primeros vestigios de la actividad humana ya existen pruebas de que se reconocían y utilizaban las diferencias individuales.

El objetivo y la investigación cuantitativa de las diferencias individuales en la conducta constituyen el dominio de la psicología diferencial, que ya había asentado sus bases poco después de 1900. Las influencias que ayudaron a dar forma a este nuevo campo pueden encontrarse en los escritos filosóficos de los psicólogos pre-experimentales, en el aumento del método experimental en psicología, en ciertos desarrollos importantes dentro de los campos de la biología y estadística y en el manejo de los tests mentales."

Manual de Psicología diferencial. Anne Anastasi.

De acuerdo con la psicología diferencial, las diferencias individuales son ¿cualitativas o cuantitativas?.

¿De qué modo crees que se distribuyen las poblaciones de diferentes países atendiendo a sus diferencias individuales?

¿Crees que las diferencias individuales son positivas en el desarrollo de una sociedad? Razona tu respuesta.

2^o BLOQUE. Lee el siguiente texto y contesta a las cuestiones que se te plantean:

La inteligencia es un tema de amplio debate no sólo en círculos científicos, también en ambientes más profanos como se pone de manifiesto por su aparición frecuente en los medios de comunicación.

Se atribuye a **Alfred Binet** el primer estudio científico sobre la inteligencia, sin embargo parece que esta no era su intención: sólo pretendía identificar tempranamente a los niños con dificultades de aprendizaje para darles el tratamiento adecuado con una educación especial.

Pero lo que Binet planteó como una ayuda a los alumnos con dificultades en los programas escolares, otros investigadores lo utilizaron para fines diferentes.

A pesar de que Binet nunca tuvo la intención de supervalorar la inteligencia, ni tampoco mantenía que fuera un rasgo unitario, el hecho de que los resultados de sus tests pudieran resumirse en una única puntuación potenció la concepción de la inteligencia como un atributo situado en la cabeza de los individuos, y así surgió la idea de una "inteligencia general".

La diversidad en la práctica educativa. Luis Álvarez- Enrique Soler. (Editorial CCS)

Para determinar la "Inteligencia General" se utiliza la fórmula $I = \frac{EM}{EC} \times 100$

¿ Sabría definir cada término?

¿Crees que en la actualidad sigue vigente el término de "Inteligencia General como único y excluyente? Razona tu respuesta.

3^{er} BLOQUE

Se entiende por **Condicionamiento** el proceso de aprendizaje gracias al cual el hombre o un animal reacciona de un modo específico a un estímulo que originariamente era neutro y se ha convertido después en provocador de dicha reacción, llamada reacción condicionada. Este condicionamiento recibe los calificativos de clásico o reactivo. – Proceso de aprendizaje consistente en que una conducta humana que ha conducido al éxito o que ha recibido un refuerzo o premio, aparece con mayor probabilidad en situaciones iguales o análogas (condicionamiento operativo o instrumental). El condicionamiento clásico o reactivo, inmediatamente antes del estímulo natural o estímulo no condicionado (el alimento natural, por ejemplo), que provoca una reacción no condicionada (insalivación) se presenta un estímulo neutro (condicional), que puede ser una señal acústica u óptica; al repetir esta asociación de estímulos, se condiciona la reacción a la incitación que era originariamente y se convierte en condicionado. En el caso mencionado, la señal acústica u óptica causa la insalivación.

El condicionamiento operativo o instrumental tiene su origen en una conducta o parte de una conducta (“operante”) exteriorizada inicialmente de una manera espontánea, es decir, sin previo estímulo reconocible. Gracias a una acción de refuerzo procedente del medio ambiente, se aumenta la probabilidad de que vuelva a producirse la conducta que ha tenido esta consecuencia y disminuye la probabilidad de que reaparezca el comportamiento que no recibió una gratificación.

Pon un ejemplo de condicionamiento clásico y otro condicionamiento operativo o instrumental.

¿Crees que el mismo procedimiento del condicionamiento, se podría utilizar para extinguir una respuesta?

4^o BLOQUE. Lee el siguiente texto y contesta a las cuestiones que se te plantean:

La atención es un proceso activo del organismo que busca y selecciona del medio ambiente aquellos aspectos que, ya sea como consecuencia de su dotación genética o a causa de la experiencia previa, proporcionan dirección a su conducta (...) **Broadbent** tuvo la originalidad de abordar los problemas perceptuales y de aprendizaje desde una nueva perspectiva: la consideración del organismo como un procesador de información”

Tudela; Pío (1988) en Psicología Experimental” MADRID UNED

Refiriéndonos al tema de la percepción y la atención ¿Qué quiere decir que el organismo puede ser considerado como un procesador de información?

Realiza el individuo algún tipo de proceso de selección de los mensajes sensoriales que recibe de una forma separada. Razona tus respuestas.

5^o BLOQUE. Señala (con una “X”) si es Verdadero o Falso lo que se afirma en las siguientes frases.

| | Verdadero | Falso |
|--|-----------|-------|
| La psicología no es una ciencia, porque es imposible realizar experimentos en ella. | | |
| Según Freud la personalidad del sujeto está compuesta por el Ello, el Yo y el Superyó. | | |
| Según la teoría del ‘Condicionamiento’ el ‘Castigo’ resulta más efectivo que cualquiera de las soluciones alternativas como el ‘reforzamiento positivo’ o la ‘extinción’ | | |
| La ‘percepción’ de un hecho es independiente del sujeto que la percibe y de la cultura en que se produce. | | |
| Las fobias son miedos excesivos, persistentes, irracionales y desproporcionados. | | |

**PRUEBA DE ACCESO
A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR**

Junio de 2002

Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.

Duración: 2 horas 30 minutos.

EDUCACIÓN FÍSICA

De los 7 bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar 5, los que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan. Dispones de 1 hora y 30 minutos.

1.- Si analizamos la sociedad que nos rodea y en la que estamos inmersos podemos darnos cuenta de la existencia de una serie de hábitos corrientes que resultan perjudiciales para la salud. Por otro lado, y pese a que sabemos que la práctica de actividad física es un factor importantísimo para mantener la salud, también ésta, a su vez, puede ocasionar perjuicios, tanto en el aspecto físico como en el psicológico, si no es adecuada para la persona que la realiza o no se toman las medidas preventivas necesarias...

¿Qué entiendes por hábitos saludables? y ¿Qué hábitos corrientes de la vida cotidiana consideras que pueden perjudicar notablemente la salud?

Comenta brevemente qué beneficios puede ocasionar la práctica de una actividad física adecuada y qué perjuicios puede acarrear una práctica deportiva inadecuada, tanto en el aspecto físico como en el psicológico.

2.- Podemos considerar la flexibilidad como la capacidad que nos permite realizar los movimientos en su máxima amplitud, ya sea de una parte específica del cuerpo o de todo él. Esta capacidad física es fundamental tanto para la práctica deportiva como para nuestra salud

¿Porqué se considera a la flexibilidad una cualidad física fundamental? ¿En qué aspectos puede afectar a las personas el poseer unos bajos niveles de flexibilidad?

Explica, básicamente, dos métodos o sistemas de entrenamiento para el mantenimiento o mejora de la flexibilidad y describe dos ejercicios o actividades a realizar con cada método indicando el objetivo y la técnica de ejecución.

3.- Los deportes populares y tradicionales son aquellos que, transmitidos de generación en generación, llegan hasta nosotros. Suelen ser producto de la evolución progresiva y compleja de los juegos populares a los que les ponen unas normas, unas reglas, se les delimita el terreno de juego y se les unifica los instrumentos o materiales que se utilizan. La Pelota Valenciana es un deporte tradicional que forma parte de nuestra cultura y cuenta con un organismo (federación) que lo impulsa, promociona y regula, respetando al máximo la ascendencia popular.

¿En qué consiste el juego?. Explica el reglamento básico referido a jugadores, instalaciones, material necesario, tanteo, etc.

Indica cuales son los golpes básicos

La Pelota Valenciana es un deporte muy rico en cuanto a modalidades de juego. Enumera las modalidades que conozcas y las características básicas que las diferencian.

4.- En casi todas las actividades deportivas que se desarrollan en un medio desconocido y cambiante como es la naturaleza existe un cierto factor de riesgo. En la actualidad estamos viviendo un momento de auge de las actividades en la naturaleza y el acceso de la población a ciertas actividades que se desarrollan en el medio natural ha provocado el incremento de los accidentes a causa de la irresponsabilidad de algunos practicantes inexpertos. No hemos de renunciar a las posibilidades que nos ofrecen este tipo de actividades pero es necesario seguir unas normas de prevención para evitar riesgos extremando además la prudencia.

¿Qué beneficios comporta la práctica de actividades en la naturaleza? Nombra al menos tres actividades que se practiquen en el medio terrestre, tres en medio acuático y tres en el medio aéreo .

En términos generales, ¿qué factores de riesgo comportan las actividades en la naturaleza y qué medidas de seguridad tanto de carácter preventivo como durante su práctica se han de tomar?

5.- Lamentablemente, es bastante frecuente que durante la realización de actividades físicas se produzca algún tipo de lesión. En muchas de esas ocasiones esto se podría haber evitado si se hubieran llevado a cabo una serie de actuaciones o se hubieran adoptado medidas preventivas para minimizar los riesgos durante la práctica de actividades físicas.

Indica las medidas preventivas que hay que adoptar para prevenir el riesgo de lesiones durante la práctica de actividades físicas.

Describe, básicamente, las lesiones más corrientes que se producen durante la práctica de ejercicio físico explicando, de dos de ellas, en qué consiste la lesión y como actuar cuando se presenta.

6.- Para el entrenamiento de la condición física, existen unos métodos llamados “Sistemas de entrenamiento”, estos expresan el tipo de trabajo (volumen, intensidad, y medios que utiliza) y el tipo de recuperación. Cada cualidad motriz tiene sus propios sistemas de entrenamiento. Por otro lado, para que el entrenamiento sea adecuado debe regirse por unos principios, los llamados “Principios del entrenamiento deportivo”. Algunos de los más importantes son: el principio de la Intensidad, el de la Individualización, el de la Progresión y el de la Alternancia.

Escoge dos sistemas de entrenamiento, uno para la mejora de la Resistencia y otro para la mejora de la Fuerza. Explica sus características principales.

Describe básicamente los cuatro principios del entrenamiento citados en el texto.

7. Las actividades físico-deportivas pueden practicarse con dos propósitos bien diferenciados: la recreación y la competición.

¿Qué son actividades las físicas recreativas y qué son las actividades físicas competitivas?. Indica el objetivo más importante de cada una de ellas. Cita algunos ejemplos de actividades físicas recreativas y de actividades físicas competitivas.

¿Cuáles son las características que debe presentar una actividad física para ser considerada recreativa?. ¿Y competitiva? Realiza un análisis comparativo entre ambas.

PSICOLOGÍA

De los cuatro bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar un máximo de 3, los que tú elijas.

Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan, pues tienes tiempo suficiente (1 hora). Sobre todo no olvides que esta prueba no está pensada para intentar que no apruebes sino para demostrar que puedes seguir con aprovechamiento las enseñanzas del ciclo para el que te has matriculado.

1^{er} BLOQUE. Partiendo de la definición de psicología que dice que: “La psicología es la ciencia del comportamiento y de la conducta psíquica de las personas”. Indica de entre las afirmaciones siguientes cuáles son ciertas y cuáles falsas.

- La parapsicología es una rama de la filosofía.
- Los psicólogos y los psiquiatras hacen el mismo trabajo.
- El estudio de la conducta de los animales recibe el nombre de etología.
- Son fenómenos psíquicos el pensamiento, la inteligencia, los sueños, la memoria, las emociones, etc.
- Los psicólogos estudian la conducta de los animales para poder compararla con la conducta humana.
- Actualmente la psicología sigue únicamente dos grandes teorías: el conductismo y el psicoanálisis.
- La psicología clínica se preocupa de los trastornos o enfermedades mentales.

2^o BLOQUE. En la conductas humanas pueden clasificarse en innatas (instintivas y hereditarias) y aprendidas. De la siguiente relación, señala cuáles son aprendidas y cuáles innatas.

| | | |
|--------------------|-----------|--------|
| Cazar | aparearse | comer |
| Huir de un enemigo | hablar | dormir |
| Chupar | andar | gritar |

3^{er} BLOQUE. Lee el siguiente texto y contesta a las cuestiones que se te plantean:

Siguiendo los estudios de Paulov, el psicólogo norteamericano E.L. Thorndike encerró un animal hambriento en una caja en cuyo exterior había comida que el animal podía ver; cuando el animal ejecutaba una acción predeterminada, (daba una respuesta), la caja se abría y el animal salía de ella y alcanzaba la comida. A medida que el procedimiento se repetía, el animal tardaba menos en dar la respuesta que hacía abrirse la caja; en otras palabras disminuía la latencia de la respuesta designada.

¿Cómo se llama este tipo de aprendizaje o condicionamiento? Pon un ejemplo similar al del experimento. (puede ser inventado).

¿Se puede utilizar este mismo modelo de condicionamiento para extinguir conductas?. En ese caso ¿qué pasaría con la latencia? ¿Y con la probabilidad o tasa de ocurrencia de la respuesta?. La contingencia (consecuencia) de la respuesta a extinguir sería un estímulo positivo o negativo?. Razona tu respuesta.

4^o BLOQUE. Piaget y sus colaboradores dividieron el desarrollo mental del niño en seis etapas que llamaron estadios: **1.estadio de los actos reflejos** (hasta los tres meses). **2.estadio de la organización de las percepciones** (hasta el año, aproximadamente) **3.estadio sensomotriz.** (1-2 años).**4.estadio de las operaciones preoperativas** (2-7 años). **5. estadio de las operaciones concretas** (7-12 años) y **6. estadio de las operaciones formales.** Cada estadio responde a nuevas necesidades y estímulos del niño que se adapta a lo que le pide el medioambiente. Los esquemas que va aprendiendo se acumulan y se incorpora a su mente, es decir, el niño va construyendo su inteligencia equilibrando su mente a lo que le rodea. Este progreso se produce en tres ámbitos: el físico, el intelectual y el afectivo.

Según la teoría de Piaget ¿sería válida la expresión “El niño, es un hombre que aún no ha crecido” ¿sería válida? Argumenta tu respuesta y pon algún ejemplo.

PRUEBA DE ACCESO A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR

Mayo de 2003

Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.

Duración: 2 horas 30 minutos.

EDUCACIÓN FÍSICA

| |
|--|
| De los 7 bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar 6, los que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan. Dispones de 1 hora y 30 minutos. |
|--|

1. Hay momentos concretos en que se hace necesario una valoración de nuestra condición física. Para ello se realizan una serie de pruebas o tests que miden aspectos concretos de cada cualidad motriz.

- *¿En qué momentos es necesario realizar una valoración de nuestra condición física?*
- *¿Qué cualidades motrices es necesario medir si queremos valorar nuestra condición física general?. Describe una prueba que sirva medir cada una ellas.*
- *Indica las condiciones en las que se deben de realizar o las normas a seguir para su validez.*

2.- Podemos definir la Resistencia como “la capacidad de realizar un esfuerzo de mayor o menor intensidad durante el mayor tiempo posible” (Álvarez del Villar). Otra definición sería “La capacidad de un músculo o del cuerpo como un todo para repetir muchas veces una actividad”. (Counsilman). El desarrollo de esta cualidad es muy importante para la mejora de la condición física de una persona, no solo cuando lo que se pretende sea obtener una mejor preparación para la práctica deportiva, sino también cuando lo que queremos es mejorar nuestro estado de salud. En términos generales, podemos decir que hay dos tipos de resistencia: la aeróbica y la anaeróbica

- *Describe los dos tipos de resistencia que se nombran en el texto anterior: características básicas, tipo de esfuerzo, efectos o mejoras que se producen en el organismo mediante su entrenamiento y cual de ellas resulta más beneficiosa cuando nuestro objetivo es la mejora de la salud*
- *Indica algunas actividades que pueden realizarse para el desarrollo de esta cualidad. Describe, además, dos sistemas de entrenamiento, uno para la resistencia aeróbica y otro para la anaeróbica.*

3. Es reconocido a nivel institucional, político y social los valores de la práctica deportiva como elemento educativo en la sociedad actual. Entre los valores destacamos los que hacen referencia a diferentes aspectos: los físicos y de salud, los psíquicos y los relacionados con los aspectos sociales. Pero siendo objetivos, debemos considerar también la vertiente negativa, los peligros que conlleva y los intereses a los que pueden estar sometidos cuando se antepone los resultados, buscando ante todo un rendimiento absoluto (récorde), la aprobación del público (espectáculo) o fines lucrativos y políticos, a la educación integral del niño/a o del joven.

- *Analiza los beneficios y valores básicos que desarrolla la actividad deportiva como elemento educativo en los aspectos: físico y de salud, psíquico y social.*
- *Identifica también los peligros que puede acarrear la práctica deportiva competitiva en los aspectos mencionados en el punto anterior y, en tu opinión, lo que se podría hacer para prevenirlos o evitarlos.*

4. Stretching es una palabra anglosajona que se refiere a elongación. Su introductor en el ámbito de la actividad física fue Bob Anderson, que creó un determinado método centrado en el trabajo muscular-tendino-ligamentoso. Los estiramientos reducen el grado de tensión muscular, favorecen los mecanismos de recuperación del cuerpo y llevan al organismo al estado de calma. Una sesión de estiramientos puede y debe hacerse en muchas circunstancias.

- *¿En qué momentos y circunstancias es recomendable realizar ejercicios de estiramiento?*
- *¿Qué normas hay que tener en cuenta al realizar los ejercicios de estiramiento para beneficiarnos de sus efectos y para evitar posibles lesiones?*
- *¿Cuál es la técnica básica de ejecución?. Explícala y pon 4 ejemplos de ejercicio de estiramiento para diferentes músculos o grupos musculares.*

5. Todos los seres vivos necesitan energía para su vida diaria, sin ella no serían posibles las funciones de relación, movimiento, reproducción, crecimiento, etc. Como sabemos, las personas obtenemos esta energía a través de la alimentación. También de los alimentos obtenemos otros nutrientes cuya misión no es la obtención de energía, pero que son de vital importancia para otras funciones del organismo. Todas las sustancias que “extraemos” de la alimentación pueden clasificarse en 6 grandes bloques que se denominan *nutrientes esenciales*.

- *Enumera los nutrientes esenciales e indica cuales son los llamados principios inmediatos por su utilidad básica en la obtención de energía.*
- *Cuál es la función básica cada uno de los principios inmediatos. Indica en qué alimentos se encuentran y, aproximadamente, los porcentajes de aportación de estos principios inmediatos en una dieta equilibrada.*

6. El voleibol puede ser una actividad recreativa que motive a las personas con menos aptitudes físicas y divierta a aquellas más aptas para los deportes. Algunos autores dicen que el voleibol es como “una danza sorda de continuas acciones, de una belleza global difícil de encontrar en otros deportes”.

- *Explica básicamente en que consiste el juego. Cita algunas normas básicas del reglamento.*
- *¿Cuáles son los gestos técnicos propios de la defensa? y, ¿cuáles los gestos propios del ataque?*
- *Aunque todos los/las jugadores/as pasen por todas las posiciones, existen especialistas en algunas de las funciones de ataque o de defensa. ¿Cómo se llaman y cuál es su función?*

7. El deporte adaptado es la actividad física reglamentada que intenta posibilitar la práctica deportiva a personas que presentan alguna discapacidad o disminución física, psíquica o sensorial, a las cuales se adapta. Además de los deportes adaptados existen otros más específicos y propios de algún tipo de discapacidad. Las dos manifestaciones deportivas más importantes del deporte adaptado, en el ámbito de la competición, son los Juegos Paralímpicos y los *Special Olympics*.

- *¿Cuáles son las adaptaciones más habituales en el deporte adaptado?. Indica algunos deportes adaptados y también otros específicos según el tipo de discapacidad. Describe brevemente uno de ellos.*
- *Explica brevemente en qué consisten las dos manifestaciones deportivas a las que nos referimos en el texto de introducción a esta pregunta.*

PSICOLOGÍA

De las cuatro cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar un máximo de 3, las que tú elijas.

Lee atenta y tranquilamente las cuestiones que se acompañan, pues tienes tiempo suficiente (1 hora). Sobre todo no olvides que esta prueba no está pensada para intentar que no apruebes sino para demostrar que puedes seguir con aprovechamiento las enseñanzas del ciclo para el que te has matriculado.

1.- La historia de la psicología está marcada por dos teorías o escuelas. La primera de ellas es el psicoanálisis y la segunda el conductismo. Explica brevemente en qué consiste cada una de ellas.

2.- Lee atentamente el siguiente supuesto y contesta a las cuestiones que te planteamos.

"Uno de los muchachos de una clase de niños/as es Iván. Aunque pequeño de edad es extraordinariamente agresivo. Su manera de atacar a los demás consiste en saltar por detrás a su espalda y derribarlos. Tal comportamiento, parece reforzarse por las reacciones de los demás niños: los más pequeños chillan cuando salta sobre ellos y los mayores ríen. Avisada su madre, se ha puesto de parte de Iván, alegando que los demás niños le provocan. Sin embargo, todos sus compañeros hacen aspavientos si se le menciona".

Supón que eres responsable del anterior grupo y que la situación llega a un extremo que requiere de tu inmediata intervención:

¿Qué es lo que harías?

¿Cuál es la conducta inadecuada a suprimir, de Iván, y la conducta alternativa a reforzar?

¿A quién implicarías en tu intervención y cómo?

Tu estrategia de intervención ¿se basa en algún principio o escuela psicológica? ¿En cuál? ¿Por qué?.

3.- Un partido de fútbol no es nada más que un espectáculo deportivo en el que once jugadores se enfrentan entre sí con la finalidad de hacer entrar el balón en la portería contraria, impulsándolo sobre todo con los pies. La final de la Copa de Europa, para un seguidor de uno de los equipos que la disputan, ¿responde a esta definición?. Comenta la “Percepción” de dicho partido que tiene el aficionado al fútbol teniendo en cuenta los diferentes factores que influyen en la percepción.

4.- Piaget habla de diferentes etapas en la adquisición evolutiva del pensamiento. Las dos últimas son las operaciones concretas y las operaciones formales.

Describe alguna persona u objeto en unas diez líneas, cuando termines señala el número de conceptos concretos y el número de conceptos abstractos que has empleado.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará:

- El conocimiento y comprensión de los contenidos de Educación Física.
- La aplicación de conocimientos y métodos.
- El dominio de conceptos psicológicos y el empleo de vocabulario específico adecuado.
- Calificación de Educación Física: Hasta 6 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.
- Calificación de Psicología: Hasta 4 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

**PRUEBA DE ACCESO
A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR
MAYO 2004
Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.**

Duración: 2 horas 30 minutos.

EDUCACIÓN FÍSICA

De los 7 bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar 5, los que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan. Dispones de 1 hora y 30 minutos.

1.- Los métodos empleados en el entrenamiento de la condición física se llaman sistemas de entrenamiento y expresan el tipo de trabajo (volumen, intensidad y medios) que utiliza y el tipo de recuperación. Cada cualidad motriz tiene sus propios sistemas de entrenamiento

- *Completa el cuadro señalando las correspondencias:*

| | RESIST. AERÓBICA | RESIST. ANAERÓBIC | FUERZA MÁXIMA | FUERZA VELOCIDAD | FUERZA RESISTENC. | FLEXIBILIDAD | VELOCIDAD DE MOVIMIENT |
|------------------------|------------------|-------------------|---------------|------------------|-------------------|--------------|------------------------|
| Musculación (máquinas) | | | | | | | |
| Carrera Continua | | | | | | | |
| Circuit trainig | | | | | | | |
| Entrenamien t.Total | | | | | | | |
| Fartleck | | | | | | | |
| Halterofilia | | | | | | | |
| Intervalos | | | | | | | |
| Met. De Repeticiones | | | | | | | |
| Met. Isocinético | | | | | | | |
| Mét. Isométrico | | | | | | | |
| Multisaltos | | | | | | | |
| Stretching | | | | | | | |

- *Elige tres sistemas de entrenamiento y describe sus características y la técnica de aplicación.*

2.- En el ámbito del entrenamiento deportivo se puede decir que "la fatiga" es un estado generalizado y difuso provocado en términos generales por la suma de diferentes reacciones del organismo que impiden seguir realizando normalmente actividades físicas o alcanzar un rendimiento apropiado. Estas reacciones son tanto físicas como psíquicas, y pueden estar provocadas por diversas razones. Dependiendo del grado de fatiga en que se encuentre el deportista se pueden manifestar diferentes síntomas que afectan a los ámbitos físico, psicológico y deportivo del individuo.

- *Describe brevemente 5 causas por las que puede llegar a un estado de fatiga un deportista*
- *Indica 3 síntomas del estado de fatiga en el plano físico, 3 en el psicológico y otros 3 en el deportivo.*
- *Además de evitar las causas que provocan la fatiga, ¿qué otros factores o consideraciones habrán de tenerse en cuenta para prevenir la aparición de la misma?*

3.- Si queremos obtener unos resultados satisfactorios, en el diseño de un Plan o programa personal de mejora de la Condición física, es absolutamente necesario analizar una serie de cuestiones importantes. Cualquier programa dirigido a la mejora de la Condición Física debe partir de las características de la persona a la que va dirigido y además debemos asegurarnos de que dicho Programa cumple con los principios y leyes que rigen el entrenamiento,

- *¿Qué factores o aspectos es necesario tener en cuenta en la elaboración de un Plan de mejora de la condición física? Y ¿Qué principios del entrenamiento debe cumplir?*
- *Explica los pasos a seguir en el desarrollo de un Plan de mejora de la condición física general. Qué elementos o componentes de la Condición Física deberíamos trabajar*
- *Indica las partes que comprende una sesión de entrenamiento para la mejora de la condición física, explicando cual es la función de cada una de ellas y los tipos de actividades que se realizan.*

4.- Al terminar una sesión de actividad física se hace necesario disponer de un tiempo de recuperación o vuelta a la calma que nos garantice que nuestros sistemas corporales vayan regresando poco a poco a la normalidad. Además, también hay momentos de la práctica deportiva que se hace necesario adoptar algunas medidas de recuperación, bien porque el trabajo realizado haya sido muy intenso, o bien porque nos estamos recuperando de una lesión... El sistema de recuperación a utilizar vendrá determinado por las características de la actividad realizada

- *Podrías explicar que características de la actividad realizada son las que determinarán la utilización de uno u otro sistema de recuperación*
- *Enumera las actividades, técnicas, métodos, o sistemas de recuperación que conozcas indicando además el efecto que producen en la recuperación*
- *Elige un método de recuperación describe su técnica de aplicación y las condiciones de realización*

5.- El deporte, cuyo objetivo es tanto la diversión como el juego, ha sufrido en su reglamentación, su competición e incluso en sus fines una evolución tal, que en la actualidad ha tomado una dimensión que va más allá del propio ejercicio físico y de su función catártica y educativa, para convertirse es un auténtico fenómeno social.

- *¿Crees que el deporte es hoy en día un fenómeno social?. Analiza de qué manera incide el deporte en la sociedad actual.*
- *Explica qué queremos decir cuando afirmamos que el deporte posee una función catártica y educativa.*
- *Describe las características (fines, medios, intereses...) del "deporte espectáculo" y del "deporte para todos", realizando un análisis comparativo entre ambos.*

6.- El término deporte colectivo se aplica generalmente a los deportes en que participa un grupo de personas, con unos objetivos comunes, para alcanzar una misma finalidad deportiva siguiendo unas reglas. Los elementos básicos que los constituyen son: el reglamento, los aspectos técnicos y los aspectos tácticos y estratégicos.

- *Describe el reglamento básico de este deporte respecto a: terreno de juego, nº de jugadores y sustituciones, acciones permitidas o prohibidas, faltas, sanciones...*
- *Nombra los elementos técnicos y los aspectos tácticos defensivos y ofensivos propios de este deporte*
- *Pon dos ejemplos de ejercicios juegos o actividades dirigidos al entrenamiento de los aspectos técnicos y tácticos de este deporte*

7.- La expresión corporal puede definirse como la disciplina cuyo objeto es la conducta motriz con finalidad expresiva, comunicativa y estética en la que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son los instrumentos básicos.

- *Enumera diferentes actividades o disciplinas corporales que incidan en el desarrollo de la capacidad de expresión, la creatividad y la comunicación*
- *¿Qué cualidades motrices consideras que están más relacionadas con los trabajos de expresión corporal y representación? ¿Cuáles de ellas lo están en mayor medida con la danza?*
- *Imagina que tienes que diseñar una coreografía grupal (6-8 personas). Describe los pasos que seguiría para su elaboración. (Puedes poner un ejemplo)*

PSICOLOGÍA

De las cuatro cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar un máximo de 3, las que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente las cuestiones que se acompañan, pues tienes tiempo suficiente (1 hora). Sobre todo no olvides que esta prueba no está pensada para intentar que no apruebes sino para demostrar que puedes seguir con aprovechamiento las enseñanzas del ciclo para el que te has matriculado.

1.- Desde principios del siglo xx hasta mediados de los años sesenta, el estudio del aprendizaje constituyó el eje de estudio de la psicología. En ese período, el empeño principal era el de elaborar una teoría general de la conducta sobre la base de extensas investigaciones de laboratorio de unas cuantas situaciones experimentales. Los hallazgos resultantes de esos estudios se emplearon para construir teorías del aprendizaje y de la conducta que se suponían aplicables a una diversidad de especies y circunstancias.

¿Crees que los resultados de los estudio de la conducta y del aprendizaje obtenidos en un laboratorio, son extrapolables a la vida cotidiana?. Razona la respuestas.

Que factores (no controlables en el laboratorio pueden influir en el aprendizaje y en la conducta?

2.- Lee atentamente la siguiente definición de aprendizaje: "*el aprendizaje es un cambio duradero en los mecanismos de conducta, resultado de la experiencia con los acontecimientos ambientales*".

De la definición anterior ¿ es posible deducir, que sólo con el aprendizaje podemos modificar la conducta?. ¿Qué otros factores determinan la conducta, además del aprendizaje

3.- Imaginemos que una persona tuvo en su infancia un perro de raza *boxer*, al que llegó a querer como si fuese un miembro más de su familia. Supongamos también otra persona que, al cruzar la calle, fue mordida por un perro de la raza anterior. E imaginemos finalmente que ambas personas andan juntas por la calle y se encuentran con un perro *boxer*. El objeto percibido es el mismo para ambos sujetos, pero cada uno de ellos reaccionará de manera diferente ante el animal.

Explica los factores que intervienen en la percepción para que ante un mismo objeto las reacciones sean diferentes.

4.- La escuela es, junto con la familia, la institución social que mayores repercusiones tiene para el niño. Tanto en los fines explícitos que persigue, expresados en el currículum académico, como en otros no planificados, - currículum oculto-, la escuela será determinante para el desarrollo cognitivo y social del niño y, por lo tanto, para el curso posterior de su vida.

Para que un niño se desarrolle es necesario que esté alimentado adecuadamente. Explica si, además de esta alimentación, es necesaria la socialización para el desarrollo integral de la persona. Pon algunos ejemplos (aunque sean ficticios) que apoyen tu argumentación.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará:

El conocimiento y comprensión de los contenidos de Educación Física. La aplicación de conocimientos y métodos. El dominio de conceptos psicológicos y el empleo de vocabulario específico adecuado. Calificación de Educación Física: Hasta 6 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

Calificación de Psicología: Hasta 4 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

La calificación de esta Parte Específica será la adaptada a lo establecido en el punto 13 de la Resolución de 5 de marzo de 2004, de la D.G.E. por la que se convocan pruebas de acceso a los ciclos formativos de formación profesional específica (D.O.G.V. 12-03-2004).

**PRUEBA DE ACCESO
A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR
JUNIO 2005**

Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.

Duración: 2 horas 30 minutos

EDUCACIÓN FÍSICA

De los 7 bloques de cuestiones que a continuación te presentamos has de contestar 5, los que tú elijas. Lee atenta y tranquilamente los textos y las cuestiones que se acompañan. Dispones de 1 hora y 30 minutos.

1. - Uno de los sistemas de entrenamiento de la condición física más utilizado es el entrenamiento en circuito (Circuit-training). Podemos definir el entrenamiento en circuito como "un trabajo realizado de una forma continua de ejercicios que se suceden uno detrás de otro atendiendo a unas técnicas propias de ejecución. Presentan un principio y final bien definidos y también un orden de ejecución preciso y determinado".

¿En qué consiste el entrenamiento en circuito?. Explica sus características, aplicación, organización, etc.

Diseña un circuito de 6 estaciones (ejercicios) orientado al desarrollo de la fuerza general.

Indica las pautas a seguir para llevarlo a la práctica

2. - Como todas las demás cualidades físicas básicas, La Resistencia es muy importante para la mejora de la condición física de una persona. Del desarrollo de la misma va a depender el que un individuo pueda prolongar su esfuerzo en más o menos tiempo; dentro de esa prolongación del esfuerzo va a influir directamente su capacidad en aprovechar el oxígeno que respira

¿Qué es la resistencia?. Describe los tipos de resistencia que conozcas.

¿De qué factores depende la resistencia?.

Explica brevemente los sistemas de entrenamiento que conozcas para desarrollar la resistencia.

3.- Dentro del grupo de los llamados deportes colectivos, se encuentran los deportes de cooperación/oposición que se basan en la acción conjunta de un equipo que colabora entre sí, generalmente para conseguir puntos, y que se enfrenta a otro equipo adversario. Son deportes colectivos de cooperación/oposición el balonmano, el baloncesto, el fútbol y el voleibol.

Elige uno de los deportes mencionados y describe brevemente las reglas básicas de juego.

Enumera los elementos o gestos técnicos propios de cada deporte. Después elige uno de los elementos técnicos enumerados y describe tres ejercicios que se utilicen habitualmente para la asimilación de dicho elemento técnico.

4.- Lee el siguiente texto y contesta las preguntas que se hacen a continuación:

"Si analizamos la sociedad que nos rodea y en la que estamos inmersos, podemos darnos cuenta de la existencia de hábitos corrientes que resultan perjudiciales para la salud. Por otro lado, y pese a que sabemos que la práctica de actividad física es un factor importantísimo para mantener la salud, aportando tanto beneficios físicos como psicológicos, también ésta, a su vez, puede ocasionar perjuicios físicos y psicológicos, si no es adecuada para la persona que la realiza o no se toman las medidas preventivas necesarias..."

¿Qué hábitos corrientes en la vida cotidiana consideras que perjudican notablemente la salud? Y ¿Qué entiendes por hábitos saludables?

Comenta brevemente los beneficios y perjuicios tanto físicos como psicológicos que puede ocasionar la práctica de la actividad física.

5.- El objetivo primordial de la Evaluación de la Condición física es, el verificar si se cumplen los objetivos que nos habíamos propuesto, o si por el contrario, es necesario modificar algún aspecto de la planificación (ejercicios, carga, métodos o sistemas de entrenamiento etc.)

A continuación, se exponen cinco parámetros de la condición física que pueden ser evaluados

Fuerza explosiva del tren superior (tronco y brazos)

Fuerza explosiva del tren inferior (piernas)

Fuerza del tronco (parte anterior)

Resistencia general u orgánica

Flexibilidad

Elige tres de los anteriores y describe para cada uno de ellos un ejercicio o prueba que sirva para su valoración, indicando las normas a seguir para su validez (condiciones en las que se deben de realizar).

6.- Entendemos por Fuerza la capacidad de vencer resistencias externas o afrontarlas mediante esfuerzos musculares. Esta cualidad física, junto con otras, es considerada como básica en cualquier programa de acondicionamiento físico, ya sea con un objetivo de mejora deportiva, como de mejora de la salud. Cuando el trabajo de fuerza es racional y adecuado al organismo, los efectos que produce son beneficiosos.

Indica los efectos beneficiosos que produce el entrenamiento de la fuerza en el organismo

Describe los tipos de fuerza que conozcas y pon algún ejemplo de actividad física que esté relacionada con cada uno de ellos.

Describe, además, dos sistemas de entrenamiento que puedan utilizarse para desarrollar esta cualidad

7.- En casi todas las actividades deportivas que se desarrollan en un medio desconocido y cambiante como es la naturaleza existe un cierto factor de riesgo. En la actualidad estamos viviendo un momento de auge de las actividades en la naturaleza y el acceso de la población a ciertas actividades que se desarrollan en el medio natural ha provocado el incremento de los accidentes a causa de la irresponsabilidad de algunos practicantes inexpertos. No hemos de renunciar a las posibilidades que nos ofrecen este tipo de actividades pero es necesario seguir unas normas de prevención para evitar riesgos, extremando además la prudencia.

¿Qué beneficios comporta la práctica de actividades en la naturaleza? Nombra al menos tres actividades deportivas en el medio natural que se practiquen en el medio terrestre, tres en medio acuático y tres en el medio aéreo.

En términos generales, ¿qué factores de riesgo comportan las actividades en la naturaleza y qué medidas de seguridad tanto de carácter preventivo como durante su práctica se han de tomar?

PSICOLOGÍA

De las cinco cuestiones que a continuación se detallan y que te presentamos, has de contestar un máximo de tres, las que tu elijas.

Lee atenta y tranquilamente las cuestiones que se acompañan, pues tienes tiempo suficiente.

Sobre todo no olvides que esta prueba no está pensada para intentar que no apruebes, sino para demostrar que puedes seguir con aprovechamiento las enseñanzas del ciclo para el que te has matriculado.

1.- El impacto de los estereotipos y de las preconcepciones sobre la eficacia del trabajo en las mujeres ha generado que estas no se hallen adecuadamente representadas en el sector de oficios cualificados. Analiza las causas que en la sociedad actual todavía tienden a impedir a la mujer adquiera la formación necesaria para aspirar a ciertas posiciones profesionales.

Indica el papel que la educación y las propias instituciones educativas pueden jugar para aminorar este efecto.

2.- Desde principios del siglo XX hasta mediados de los años 60, el estudio del aprendizaje constituyó el eje de estudio de la psicología. En ese período, el empeño principal era el de elaborar una teoría general de la conducta sobre la base de extensas investigaciones de laboratorio de unas cuantas situaciones experimentales. Los hallazgos resultantes de esos estudios se emplearon para construir teorías del aprendizaje y de la conducta que se suponían aplicables a una diversidad de especies y circunstancias.

¿Crees que los resultados de los estudios de la conducta y del aprendizaje obtenidos en un laboratorio, son extrapolables a la vida cotidiana? Razona la respuesta

¿Qué factores (no controlables en el laboratorio) pueden influir en el aprendizaje y en la conducta?

3.-La integración educativa de las personas con discapacidad ha sido, sin lugar a dudas, una de las innovaciones pedagógicas más radicales y fructíferas de las últimas décadas. Desde que en los años 1950 el danés Mikkelsen planteara la idea de normalización como el derecho al desarrollo de una vida normal para las personas con déficit mental, toda una espiral de propuestas han venido a sumarse para concluir exigiendo para este colectivo de alumnos la escolarización en la escuela ordinaria como medio más eficaz y rentable para su desarrollo personal y para su integración y participación social.

Describe los aspectos administrativos, familiares, sociales, (...) que favorecen una respuesta adecuada a las necesidades de estas personas.

4.- Una primera división de las emociones distinguiría entre emociones primarias o básicas y emociones complejas. Las primeras aparecen ante situaciones o ideas concretas. Las segundas no son debidas a algo concreto, sino que, además de ser una combinación de emociones simples, son debidas a un cúmulo de situaciones, o interpretaciones de pensamientos, ya sean reales o falsos.

Pon algunos ejemplos de emociones básicas y emociones complejas y explica por qué son generadas.

5.- Por personalidad entendemos el conjunto de procesos y sistemas comportamentales, estrechamente relacionados entre sí, y que principalmente se definen por los siguientes elementos :

el hecho de que, en la misma o en parecida situación individuos distintos reaccionan y se comportan de manera diferente; el fenómeno complementario del anterior, de que en momentos y situaciones diferentes, las personas manifiestan algún género de regularidad y estabilidad en su manera de conducirse; la realidad de la unidad del sujeto de conducta en sus distintas actividades psicológicas y de comportamiento; el hecho de que este sujeto es verdaderamente agente, activo, y no solo reactivo frente a la estimulación o presión externa. Los contenidos de la personalidad están en proceso y consisten en procesos.

Después de leer el párrafo anterior, ¿cuándo crees que se tiene formada la personalidad?

Creas que una persona adulta puede cambiar de personalidad. Explica por qué.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará:

El conocimiento y comprensión de los contenidos de Educación Física y Psicología. La aplicación de conocimientos y métodos. El dominio de conceptos psicológicos y el empleo de vocabulario específico adecuado. Calificación de Educación Física: Hasta 6 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

Calificación de Psicología: Hasta 4 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

La calificación de esta Parte Específica será la adaptada a lo establecido en el punto 13 de la Resolución de 10 de enero de 2005, de la D.G.E. por la que se convocan pruebas de acceso a los ciclos formativos de formación profesional específica (D.O.G.V. 28-01-2005).

**PRUEBA DE ACCESO
A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR**

**MAYO 2006
Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.**

Duración: 2 horas 30 minutos

EDUCACIÓN FÍSICA

1.- ¿Qué beneficios comporta la práctica de actividades en la naturaleza? Nombra al menos tres actividades que se practiquen en el medio terrestre, tres en medio acuático y tres en el medio aéreo . En términos generales, ¿qué factores de riesgo comportan las actividades en la naturaleza y qué medidas de seguridad tanto de carácter preventivo como durante su práctica se han de tomar?

2.- Dentro del grupo de los llamados deportes colectivos, se encuentran los deportes de cooperación-oposición que se basan en la acción conjunta de un equipo que colabora entre sí, generalmente para conseguir puntos, y que se enfrenta a otro equipo adversario. Son deportes colectivos de cooperación-oposición el balonmano, y el voleibol.

Elige un deporte de los que se indican en el texto anterior y describe brevemente las reglas básicas de juego.

3.- Llamamos entrenamiento aeróbico a cualquier actividad física que requiere un esfuerzo prolongado estable, no inferior a 15 minutos, y en el que el pulso no se altera después de que ha alcanzado cierto nivel. Dependiendo de la edad y del estado físico, debemos conseguir que el pulso se encuentre entre el 60% y el 85% de la frecuencia cardíaca máxima teórica (220 puls/min. - edad), para garantizar que el esfuerzo sea beneficioso para el organismo (Devís y Peiró. 1992).

¿Qué nos indica la frecuencia cardíaca máxima y entre que límites de pulsaciones minuto deberá mantenerse un individuo de 20 años durante el esfuerzo, para garantizar que dicho esfuerzo sea beneficioso para la salud? Nombra al menos tres ejercicios o actividades diferentes que reúnan las características de un trabajo aeróbico.

4.- En general cualquier tipo de actividad física requiere de la utilización de las capacidades físicas y de las cualidades motrices, predominando según el tipo de actividad, unas más que otras.

¿Qué entiendes por capacidades físicas? Enumera y define cada una de las capacidades físicas que conozcas. Señala cuáles de ellas son para tí las más importantes, indicando además algún método o sistema de entrenamiento para el desarrollo de cada una de ellas.

PSICOLOGÍA

1.- Desarrolla brevemente las siguientes cuestiones:

¿Qué es una neurona? Enumera y define las partes más importantes de las neuronas.

¿Qué es el aprendizaje significativo?

2.- Explica los experimentos de Skinner y Pavlov utilizando los esquemas del condicionamiento clásico y operante.

2.- La personalidad: Características de la personalidad. Algunas teorías acerca de la misma: Freud, Rogers.... Evaluación de la personalidad.

4.- Un partido de fútbol no es nada más que un espectáculo deportivo en el que once jugadores se enfrentan entre sí con la finalidad de hacer entrar el balón en la portería contraria, impulsándolo sobre todo con los pies. La final de la Copa del Rey, para un seguidor de uno de los equipos que la disputan, crees que responde a esta definición?. Comenta la "Percepción" de dicho partido que tiene el aficionado al fútbol teniendo en cuenta los diferentes factores que influyen en la percepción.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará:

El conocimiento y comprensión de los contenidos de Educación Física y Psicología. La aplicación de conocimientos y métodos. El dominio de conceptos psicológicos y el empleo de vocabulario específico adecuado. Calificación de Educación Física: Hasta 5 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor. Calificación de Psicología: Hasta 5 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

La calificación de esta Parte Específica será la adaptada a lo establecido en el punto 14 de la Resolución de 10 de febrero de 2006, de la D.G.E. por la que se convocan pruebas de acceso a los ciclos formativos de formación profesional específica (D.O.G.V. 27-02-2006).

**PRUEBA DE ACCESO
A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR**

**MAYO 2007
Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas.**

Duración: 2 horas 30 minutos

EDUCACIÓN FÍSICA

1.- Declaramos el atletismo como deporte individual sin oposición, y sin colaboración. Explique el motivo de esta declaración.

Elige tres pruebas de atletismo y describe brevemente sus reglas básicas.

2.- “El deporte y la actividad física son derechos de todas las personas”. Explique la frase y en su contexto explica en que consisten el deporte adaptado y los Juegos Paralímpicos.

3.- Explique el concepto de ANAEROBIA

4.- En general cualquier tipo de actividad física requiere de la utilización de las capacidades coordinativas, dentro de las cualidades psicomotrices.

¿Qué entiendes por capacidades coordinativas? Enumera y define cada una de ellas.

Señala cuáles de ellas son para tí las más importantes, indicando además algún método o sistema de entrenamiento para el desarrollo de cada una de ellas.

PSICOLOGÍA

1.- Desarrolle brevemente, explicando en qué consisten, los trastornos de la alimentación bulimia y anorexia.

2.- Explique las técnicas en psicología : experimental, correlacional y observacional.

3.- Desarrolle brevemente los conceptos : la Epilepsia, el Olvido, la Atención.

4.- El desarrollo del lenguaje. Enumere y explique las principales fases en la adquisición y desarrollo del lenguaje.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará:

El conocimiento y comprensión de los contenidos de Educación Física y Psicología. La aplicación de conocimientos y métodos. El dominio de conceptos psicológicos y el empleo de vocabulario específico adecuado. Calificación de Educación Física: Hasta 5 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor. Calificación de Psicología: Hasta 5 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

La calificación de esta Parte Específica será la adaptada a lo establecido en el punto 14 de la Resolución de 20 de febrero de 2007, de la D.G.E. por la que se convocan pruebas de acceso a los ciclos formativos de formación profesional (D.O.C.V. 08.03.07).

**PRUEBA DE ACCESO
A CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR**

**Mayo de 2008
Parte Específica. Opción F: Actividades Físicas**

Duración: 2 horas 30 minutos

EDUCACIÓN FÍSICA

1. Define el calentamiento, argumenta su importancia y diseña un calentamiento adecuado para la práctica del voleibol.
2. La técnica, táctica y el reglamento constituyen aspectos fundamentales de los deportes colectivos. Define técnica, táctica y reglamento. Dentro de los aspectos tácticos, explica qué acciones debe realizar el equipo con balón y qué acciones debe realizar el equipo sin balón.
3. Argumenta si la práctica física contribuye a la mejora de la salud o puede perjudicarla. Enumera hábitos positivos y negativos que influyen en la salud de las personas.
4. Las prácticas físicas y deportivas pueden contribuir a la integración de personas con discapacidad y/o minusvalía. Explica esta afirmación. Pon ejemplos de adaptaciones en actividades físicas, en juegos y en deportes que facilitan dicha integración.

PSICOLOGÍA

1. *“Dadme una docena de niños sanos, bien formados, y, para criarlos, un mundo como yo especifique, y garantizo que cogeré uno al azar y le adiestraré para convertirle en un especialista en el campo que yo seleccione –médico, abogado, artista, jefe de ventas e, incluso, un ladrón o un mendigo-, con independencia de sus talentos, predilecciones, tendencias, capacidades, vocaciones y razas de sus antepasados”*
(Watson, 1924).
Esta frase de Watson, ¿es posible mantenerla en la actualidad? Razona la respuesta.
Según tu opinión, ¿que factores influyen en la conducta?
2. Estamos convencidos de que conoces a alguna persona que sigue algún tipo de tratamiento debido a problemas psicológicos, de personalidad... Describe las diferencias fundamentales entre las actividades profesionales que desarrollan un psiquiatra y un psicólogo.
3. Explica el sentido de las siguientes frases buscando su relación con el tema de la percepción:
El amor es ciego.
El árbol no deja ver el bosque.
Todo se ve según el color del cristal con que se mira.
Vemos las cosas como somos, no como son.
4. Desde la psicología cognitiva, que se inicia en Estados Unidos en 1956, se aborda el estudio de los procesos intelectuales, entre ellos el de la **memoria** y la **imaginación**.
El fenómeno de la memoria es complejo, pero de modo general podemos definirla como *la capacidad de actualizar el pasado en el presente*.
Según el tiempo que duran nuestros recuerdos, podemos hablar de dos tipos de memoria. Enumera estos dos tipos de memoria y explícalos brevemente.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

Se valorará:

El conocimiento y comprensión de los contenidos de Educación Física y Psicología. La aplicación de conocimientos y métodos. El dominio de conceptos psicológicos y el empleo de vocabulario específico adecuado. Calificación de Educación Física: Hasta 5 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor. Calificación de Psicología: Hasta 5 puntos. Todas las preguntas tienen igual valor.

La calificación de esta Parte se adaptará a lo establecido en el punto 14 de la Resolución de 12 de marzo de 2008, de la Dirección General de Evaluación, Innovación y Calidad Educativa y de la Formación Profesional, por la que se convocan pruebas de acceso a los ciclos formativos de Formación Profesional. DOCV núm 5729 (27/03/2008).