



# ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN PREPA 8





Área Cultura Física ENP 8  
Asignatura Educación Física IV año



# Asignatura Educación Física IV año

Agosto de 2016



# Área Cultura Física ENP 8

## Asignatura Educación Física IV año



Qué es, y su obligatoriedad.	Es una asignatura académica en donde vas a desarrollar tus habilidades físicas básicas, a través de las diferentes actividades que están planteadas en el plan de estudios de la materia, divididos en cinco ejes temáticos, en donde serás evaluado en dos rubros académicos, unos de ellos es la practica física y el otro la teoría. La asignatura de educación física es de carácter obligatoria y NO podrá ser sustituida en ningún momento por la práctica de alguna disciplina deportiva en representación de la ENP 8 o de la UNAM.
Características del examen médico a entregar por parte de los estudiantes de IV año	<ul style="list-style-type: none"><li>• Deberá ser vigente al mes de agosto / septiembre 2015</li><li>• Podrá ser de cualquier instancia médica pública o privada en donde el certificado médico tenga los siguientes requisitos:<ol style="list-style-type: none"><li>1.- fecha legible al mes solicitado.</li><li>2.- IDX (diagnóstico medico), visible y legible.</li><li>3.- nombre legible del médico.</li><li>4.- firma del médico.</li><li>5.- sello de la institución que avala el documento.</li><li>6.- datos generales del paciente y que sean legibles.</li></ol></li><li>• Asimismo, deberás presentar tu carnet del IMSS, ISSSTE o institución de seguridad social (no medicina privada)</li></ul>
Uniforme de Educación Física	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pants de la ENP 8.</li><li>• Short de la ENP 8.</li><li>• Playera deportiva de la ENP 8.</li><li>• Tenis de cualquier color.</li><li>• NO PODRAN UTILIZAR CALZADO DEPORTIVO CASUAL</li></ul>
Dónde se imparte clase conforme al profesor asignado en la tira de materias.	Canchas al aire libre baloncesto / canchas al aire libre voleibol / alberca / gimnasio central / campo de futbol / canchas al aire libre pista de arcilla.
Uniforme de natación.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Toalla grande, con su nombre.</li><li>• Hombres y mujeres, traje de baño de color azul marino, en una sola pieza, con su nombre.</li><li>• Gorra roja (estudiantes que no saben nadar) (gorra azul marino estudiantes que saben nadar crol y dorso).</li><li>• Goggles.</li><li>• Sandalias.</li><li>• Candado chico.</li></ul>



# Entrenamiento Deportivo



# Área Cultura Física ENP 8

## Actividades Extracurriculares Deportivas



Qué son las actividades extracurriculares Deportivas y su obligatoriedad.	Son actividades físicas formales en donde, a través de un proceso de selección, deberás demostrar que tienes las cualidades físicas específicas necesarias para poder estar inscrito en esta disciplina deportiva. Estas actividades deberán tomarse en contra turno para NO afectar tu situación académica con otras materias y NO SUSTITUYEN a la clase de Educación Física, por ello la obligatoriedad de que estés participando en alguna actividad deportiva, va a depender del grado de compromiso que tu adquieras con tus actividades diarias, ya que conforme vayas avanzando en una disciplina deportiva, podrás representar a nuestra escuela en competencias institucionales dentro y fuera de la UNAM, y para ellos es importante tener avance académico.	
Actividades Extracurriculares que existen en la ENP 8	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Futbol Americano.</li><li>2. Futbol Soccer Femenil y Varonil.</li><li>3. Judo.</li><li>4. Lucha.</li><li>5. Halterofilia.</li><li>6. Baloncesto Femenil y Varonil.</li><li>7. Voleibol Femenil y Varonil.</li><li>8. Atletismo.</li><li>9. Tae Kwon Do.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>10. Hockey Sobre Pasto.</li><li>11. Balonmano.</li><li>12. Rugby.</li><li>13. Porras (equipo Independiente de la UNAM) (con apoyo de uso de instalaciones de la ENP 8).</li></ol> <p>Consulta horarios en el siguiente link : <a href="http://prepa8.unam.mx/deportes/DRLeopardosP8.php">http://prepa8.unam.mx/deportes/DRLeopardosP8.php</a></p>
Uniforme de los diferentes Deportes.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Al inicio será la ropa de educación física.</li><li>• Una vez que formalice que se queda en el equipo, la ropa deportiva será la propia de la disciplina deportiva en la que estas inscrito (a)</li><li>• El calzado deportivo, será el propio de la disciplina deportiva.</li><li>• Los implementos deportivos, y la ropa deportiva, serán de uso personal y corren por cuenta del estudiante.</li></ul>	
Dónde se imparte las actividades extracurriculares.	Canchas al aire libre baloncesto / canchas al aire libre voleibol / alberca / gimnasio central / campo de futbol / canchas al aire libre pista de arcilla.	
Requisitos:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ser alumno regular con por lo menos el 80% de avance académico.</li><li>• Certificado médico, (podrá ser copia legible del que entregan en el área de educación física).</li><li>• Seguro Escolar. (copia legible del CARNET del IMSS o ISSSTE). En caso de no tenerlo, proceder a tramitarlo en la Secretaria de Apoyo a la Comunidad con la Lic. Ana Laura Gómez y Montes de Oca.</li><li>• Cada que vez salgas a competir, será tu responsabilidad exigir a tu entrenador realizar el tramite de tu seguro de prácticas escolares, a través de Coordinación de Educación Física y Deporte de la ENP 8. NO puedes omitir este tramite.</li></ul>	



# Actividades Extracurriculares Masivas de la ENP 8

Agosto de 2016



# Área Cultura Física ENP 8

## Actividades Extracurriculares Masivas



Qué son las actividades extracurriculares Masivas y su obligatoriedad.	Son actividades físicas en donde tu profesor de educación física te pide participar para sustentar más el programa de trabajo del colegio de educación física de la ENP 8 que estarás cursando, y tomarte en cuenta estas participaciones para tu calificación en cada parcial, podrás participar de forma individual, por equipos, y en algunos casos podrás participar con tu papá o mamá, eso tu lo decides. Estas actividades pueden suceder entre semana o en fin de semana según el calendario que estará publicado en la página de la preparatoria. Cabe mencionar que estas actividades tienen premiación en sus tres primeros lugares y son una gran tradición en nuestro plantel educativo.	
Actividades Extracurriculares masivas 2015 - 2016	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ludoteca.</li><li>2. Torneo de Fut-Lucha</li><li>3. Torneo de Futbol Soccer</li><li>4. Exhibición de canotaje.</li><li>5. Torneo de 3vs3 avalado por ADEMEBA</li><li>6. Concurso de disfraces.</li><li>7. Concurso de TUMBAS</li><li>8. Duatlón</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>9. Encuentro de atletismo 2015</li><li>10. Torneo de frontón.</li><li>11. Día del baile.</li><li>12. Concurso de composiciones gimnasticas IV y V año.</li><li>13. Torneo de coladeritas.</li><li>14. Carrera de convivencia</li></ol> <p>Consulta el calendario en la pagina de la prepa. <a href="http://prepa8.unam.mx/deportes/">http://prepa8.unam.mx/deportes/</a></p>
Uniforme de los diferentes Deportes.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Al inicio será la ropa de educación física.</li><li>• Una vez que formalice que se queda en el equipo, la ropa deportiva será la propia de la disciplina deportiva en la que estas inscrito (a)</li><li>• El calzado deportivo, será el propio de la disciplina deportiva.</li><li>• Los implementos deportivos, y la ropa deportiva, serán de uso personal y corren por cuenta del estudiante.</li></ul>	
Donde se realizaran estas actividades masivas.	Canchas al aire libre baloncesto / canchas al aire libre voleibol / alberca / gimnasio central / campo de futbol / canchas al aire libre pista de arcilla, estadio PALILLO en Velódromo, Pista de Remo y Canotaje en CUEMANCO, entre otros.	
Requisitos:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ser alumno de la preparatoria 8</li><li>• En algunas actividades podrán participar los exalumnos de la preparatoria 8</li><li>• En algunas actividades podrán participar los papás y las mamás de los alumnos de la preparatoria 8</li><li>• Realizar el pago de su cuota de recuperación en la caja del plantel y realizar la inscripción correspondiente en la coordinación de educación física de la ENP 8.</li><li>• Respetar los lineamientos de operación de cada competencia, así como la propia legislación universitaria.</li></ul>	