

ESCUELA AGROTECNICA GONZALO DOBLAS. PRIMER AÑO. ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA.

ESCUELA AGROTECNICA GONZALO DOBLAS.

PROFESOR: OZAN MARCOS.

CURSO: 1ERAÑO. NIVEL: MEDIO

TURNO: TARDE.

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA.

TITULO DE LA PROPUESTA:"AHORA DESDE CASA"

Contenidos:

_ Valoración y práctica de acciones motrices que favorezcan el desarrollo de las capacidades condicionantes: resistencia, flexibilidad, fuerza y velocidad.

_Conciencia corporal. Participación en actividades que incluyan practicas.

Actividades:

1-Leer e interpretar la definición de Educación Física y extraer las palabras que no entienda, copiar definición del diccionario.

Educación Física: Educación física es una disciplina que se centra en diferentes movimientos corporales para perfeccionar, controlar y mantener la salud mental y física del ser humano.

Esta disciplina se puede ver como una actividad terapéutica, educativa, recreativa o competitiva que incentiva la convivencia, el disfrute y el compañerismo entre los participantes.

La educación física es una actividad obligatoria tanto en la primaria como en la secundaria. En muchos países, las instituciones encargadas de regular las actividades educativas promueven un contenido curricular para ser trabajado con los alumnos en el año escolar. Esta disciplina es dirigida por un profesional instruido en un curso superior de educación física con conocimientos en ciencias biológicas, salud y el cuerpo humano.

La educación física también se refiere a un conjunto de actividades lúdicas que ayudan al individuo vincularse con el medio que lo rodea ayudando a conocer su entorno social. En si busca el desarrollo integral del alumno

2-En la siguiente imagen identifique las capacidades condicionantes que se pone de manifiesto en mayor grado.



A..... B..... C..... D.....

3-Ejecutar en casa una serie de ejercicios que sean factibles de realizar en el que se pongan de manifiesto las capacidades antes mencionadas. (Fuerza, resistencia, flexibilidad, velocidad).tener en cuenta los cuidados propios de la clase antes de realizarlos (Entrada en calor-actividad-vuelta a la calma). A continuación escriba o dibuje las actividades realizadas.

¡PRESENTACIÓN DEL TRABAJO A LA VUELTA CUANDO SE LEVANTE LA CUARENTENA!

A QUEDARSE EN CASA EN FAMILIA ASÍ NOS CUIDAMOS ENTRE NOSOTROS..

DIRECTIVO DE LA INSTITUCIÓN. PROFESOR ROBERTO GARCÍA.