

Escuela de Fruticultura y Enología, Quintos Años- EDUCACIÓN Física- Mujeres

Escuela: Escuela de Fruticultura y Enología

Docente: María Verónica Moreno, Mabel García

Año: **Quinto Año 1°,2°,3°y 4°** Ciclo Orientado, Nivel Secundario

Turnos: **Mañana y Tarde**

Área curricular: **Educación Física Mujeres-**

Guía Pedagógica N°8

Título: Repaso Guía 1 a 7.

Contenidos seleccionados: Capacidades Condicionales y Coordinativas. Postura corporal. Deporte Atletismo

Cuestionario

Contestar: Enviar las respuestas por mail a la profesora del curso.

- 1- Nombrar las capacidades condicionantes. Dar un ejemplo de cada uno en la clase de educación física.
- 2- ¿Es conveniente que trabaje la capacidad fuerza? Fundamente
- 3- ¿Para qué es importante ejercitar la flexibilidad?
- 4- ¿Qué es la elongación?
- 5- Para que nos sirve las capacidades coordinativas.
- 6- Postura corporal. Anotar cinco situaciones en las que debo tener cuidado con mi correcta postura.
- 7- Atletismo: Nombrar las pruebas de pista y campo.
- 8- ¿Qué tipos de lanzamientos existen en el deporte Atletismo?
Investigar y nombrarlos.
- 9- ¿Qué pruebas atléticas individuales se realizan en los Intercolegiales de Nivel Secundario de la Provincia de San Juan?
- 10- ¿Y cuál por equipo? Nombrarla.

Escuela de Fruticultura y Enología, Quintos Años- EDUCACIÓN Física- Mujeres

Correo de contacto: María Verónica Moreno 5°1 y 5°3 veromfalter16@gmail.com

Mabel García 5°2 y 5°4 mabelgarciapintora@gmail.com

Director a cargo: Enólogo Sergio Montero