

ACTIVITATS D'EDUCACIÓ FÍSICA DEL PRIMER TRIMESTRE CURS 2018-2019

2n ESO

Hauràs de fer un resum – esquema sobre els tres temes que estem treballant en aquest 1r trimestre. Cada tema ha d'ocupar com a màxim dues pàgines, de forma que has de saber sintetitzar els diferents apartats per tal d'explicar el que calgui per entendre els continguts treballats a classe.

Tingues cura de la presentació , tal com indiquem en el pla docent

1. LA RESISTÈNCIA II :

- 1.1 Definició
- 1.2 Millor edat per treballar la resistència
- 1.3 Classificació
- 1.4 Dibuixa la graella de les zones d'entrenament

2. HANDBOL :

- 2.1 Com s'hi juga: reglament que fem servir a classe per jugar
- 2.2 Sancions tècniques
- 2.3 La tècnica d'atac

3. KORFBOL : explica breument les regles bàsiques, i detalla perquè aquest esport el diferencia a altres esports d'equip

Josep M Ayuso