DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

1º ESO, 2º ESO y 3º ESO 2019-2020

FECHA ENTREGA: límite 6 de mayo

Las notas de la tercera evaluación de 1º, 2º y 3º ESO son evaluación continua con los contenidos trabajados en clase hasta la suspensión de estas. Dichos contenidos son:

1º ESO: Atletismo

2º ESO: Lucha (20% teórico) y Futbol (50% práctica)

3º ESO A: Badminton y Atletismo

3º ESO B: Voleibol

Se suspende por tanto el último bloque de contenidos que son los de expresión corporal donde trabajamos las coreografías de la fiesta de fin de curso.

Para poder subir la nota de la 3ª evaluación podéis hacer el siguiente diario de actividad física con los contenidos semanales mandados durante el tiempo que se han suspendido las clases presenciales.

TRABAJO DE SUBIDA DE NOTA DE LA TERCERA EVALUACIÓN:

|  |
| --- |
| DIARIO DE ACTIVIDAD FÍSICA  PERIODO DE SUSPENSIÓN DE CLASES |
| El objetivo de la actividad es que anotes en este diario que haces en casa para seguir practicando deporte o realizando actividad física durante estas semanas que no podemos dar clase de Educación Física (Ej.: tareas domésticas, juegos en casa, baile, ejercicios para ponerte en forma…) En la plataforma del cole tienes diferentes propuestas para no estar parado. |
| Semana 1 (14-17 abril) |
| Actividades:   * Juegos, cardio, ejercicios de fuerza, flexibilidad, … |
| Tiempo de EF semanal: |
| Semana 2 (20-24 abril) |
| Actividades:   * Calentamiento, baile, ejercicios de fuerza, relajación, … |
| Tiempo de EF semanal: |
| Semana 3 (27-30 abril) |
| Actividades:   * Calentamiento, baile, ejercicios de fuerza, relajación, … |
| Tiempo de EF semanal: |