

Educació física i natació Curs 3r ESO

FEINA RECUPERACIÓ ALUMNES SUSPESOS 2017 – 2018

NATACIÓ 3r ESO curs 2017-2018

FEINA D'ESTIU RECUPERACIÓ SETEMBRE 2018

NATACIÓ.

1.- Les tècniques aquàtiques amb les sortides i viratges

2.- Explicació dels següents exercicis.

. 8 x 25 cada 45" de crol

. 4 x 50 cada 1'30" de braça

. 6 x 100 braços crol cada 3'

. 3 x 200 100 peus crol / 100 estils cada 5'

. 100 rotació.

. 4 x 75 25 esquena / 50 braça cada 2' 45

. 3 x 100 estils cada 3'

3.- Per què els termes propulsió i flotació són bàsics en la natació?

4.- Reglament bàsic del waterpolo.

5.- Tècnica i tàctica en waterpolo.

6.- Breu explicació del salvament aquàtic.

7.- La natació amb aletes a quina federació esportiva correspon. Breu explicació.

Els treballs s'han d'entregar escrits a mà i ben desenvolupats,

Es podem posar imatges.

D'aquests treballs es farà l'examen de setembre.

L'examen de setembre serà teòric-pràctic.

Educació física i natació Curs 3r ESO

FEINA RECUPERACIÓ ALUMNES SUSPESOS 2017 – 2018

EDUCACIÓ FÍSICA 3r ESO curs 2017-2018

FEINA D'ESTIU RECUPERACIÓ SETEMBRE 2018

EDUCACIÓ FÍSICA

- 1.- Definició i explicació d'acrosport.
- 2.- La velocitat i la resistència com a qualitats físiques bàsiques.
- 3.- Descripció de l'hoquei en l'àmbit educatiu.
- 4.- Definició i aplicació de la Course Navette i Test Couper.

Els treballs s'han d'entregar escrits a mà i ben desenvolupats,

Es podem posar imatges.

D'aquests treballs es farà l'examen de setembre.

L'examen de setembre serà teòric-pràctic.