



FULL DE RECUPERACIÓ DE PENDENTS CURS 2020-2021

ÀREA O MATÈRIA: **EDUCACIÓ FÍSICA**

RECUPERACIÓ **1BATXILLERAT**

Per a recuperar **Educació Física de 1BATXILLERAT** han de fer proves pràctiques i teòriques dels següents continguts:

1. Condició Física:

- Treball teòric : pla d'entrenament per a millorar la condició física. Tipus d'entrenaments , principis de l'entrenament i lleis.
- Proves pràctiques: test de cooper, salt horitzontal, llançament de pilota medicinal, velocitat 40m i prova de flexibilitat.

2. Els esports. Treball de recerca de diferents esports , seguint el guió:

- Breu història, reglament , fonaments tècnics i tàctics.
- Heu de fer la recerca d'un esport de cada tipus de la classificació dels esports:
 - Esport individual sense oposició , sense col·laboració.
 - Esport individual amb oposició ,sense col·laboració
 - Esport col·lectiu sense oposició amb col·laboració.
 - Esport col·lectiu amb oposició i amb col·laboració.

Inca, 1 de desembre 2020

Cap de departament d'Educació Física

Maria Antònia Cifre