



FULL DE RECUPERACIÓ DE PENDENTS CURS 2020-2021

ÀREA O MATÈRIA: **EDUCACIÓ FÍSICA**

RECUPERACIÓ **1ESO**

Per a recuperar la matèria han d'aprovar **les dues primeres avaluacions** del curs actual, i recuperaran la pendent.

En cas contrari, s'hauran de fer les següents tasques:

1. Condició Física:

- Treball teòric de les qualitats físiques bàsiques: quines són, definició i tipus, i com podem millorar les diferents qualitats físiques bàsiques.
- Proves pràctiques: test de cooper, salt horitzontal, llançament de pilota medicinal, velocitat 40m i prova de flexibilitat.

2. Iniciació als esports col·lectius: Handbol

- Treball teòric seguint el guió: Breu història, reglament bàsic, fonaments tècnics i sistemes de joc ofensius i defensius
- Prova pràctica: circuit de fonaments tècnics de l'handbol (bot, passades, llançament.)

Inca, 1 de desembre 2020

Cap de departament d'Educació Física

Maria Antònia Cifre