



## **FULL DE RECUPERACIÓ DE PENDENTS CURS 2020-2021**

ÀREA O MATÈRIA: **EDUCACIÓ FÍSICA**

RECUPERACIÓ **2ESO**

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 condició física: definició de cada capacitat motriu i tipus. Com podem millorar cada capacitat: volum, intensitat, recuperació.
- Proves pràctiques: test de cooper, salt horitzontal, llançament de pilota medicinal, velocitat 40m i prova de flexibilitat.

2. Iniciació als esports col·lectius: Futbol

- Treball teòric seguint el guió: Breu història, reglament, fonaments tècnics i tàctics.
- Prova pràctica: circuit de fonaments tècnics (conduccions, toc de pilota, tipus de xuts)

Inca, 1 de desembre 2020

Cap de departament d'Educació Física

Maria Antònia Cifre