

ALUMNOS CON LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 1º PENDIENTE

Para superar la asignatura de E.F. pendiente del curso anterior este año:

CLASES DE REPASO: No se dan, la práctica se evalúa con el curso al que pertenecen los alumnos actualmente, por lo tanto es fundamental la **asistencia continua a clase.**

CONTENIDOS: Se deberán realizar las siguientes tareas para superar esta asignatura:

- Hacer un resumen de una carilla de un folio sobre cada uno de estos temas trabajados en el curso anterior.
 - **El calentamiento.** Qué es, cómo se hace y para qué sirve.
 - **Las olimpiadas y sus comienzos.** Pruebas olímpicas de las olimpiadas antiguas.
 - **Nutrición.** La importancia del desayuno. Como debe ser un buen desayuno.
 - **Juegos y deportes de equipo.** Diferencia entre juego y deporte. Clasificación de los deportes de equipo.
 - **Deportes alternativos: el floorball.** Cómo se juega, principales reglas.
- **Danzas aragonesas.** Buscar una danza tradicional aragonesa que hemos visto en clase (**Tintan, Cadril, Polka Bibi y Trespunteau**) aprenderla y presentarla por escrito: posición inicial y descripción de los pasos.
- **Malabares:** describe por escrito tres ejercicios de malabares que hayas sido capaz de hacer, practicando en casa. El profesor puede solicitarte que los ejecutes.
- ***Indicar las fuentes de las que se saca la información.**

PROFESOR RESPONSABLE: el trabajo se entregará al profesor correspondiente de Educación Física, en cualquiera de las fechas siguientes:

1º evaluación ----- 15 diciembre 2017

2º evaluación ----- 9 marzo 2018

3º evaluación ----- 11 mayo 2018

FECHAS DE EXÁMENES: Si el alumno/a aprueba con los trabajos no se hará examen final.

En caso contrario la fecha de examen será el **jueves 17 de mayo de 2018, en el segundo recreo, en el aula de 3º B.**

Enterados la familia y el alumno/a
Zaragoza, octubre 2017

Firma familia

Firma alumno/a

ALUMNOS CON LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 2º PENDIENTE

Para superar la asignatura de E.F. pendiente del curso anterior este año:

CLASES DE REPASO: No se dan, la práctica se evalúa con el curso al que pertenecen los alumnos actualmente, por lo tanto es fundamental la **asistencia continua a clase.**

CONTENIDOS:

- Realizar todas las tareas escritas sobre los temas trabajados a lo largo del curso pendiente. Puedes solicitar los temas en el Departamento de Educación Física.
 - Tema 1. El calentamiento
 - Tema 2. Condición física y cualidades físicas básicas: resistencia y salud
 - Tema 3. Capacidades físicas: flexibilidad y salud
 - Tema 4. Capacidades físicas: fuerza y salud
 - Tema 5. El Acrosport
 - Tema 6. Combas
 - Tema 7. Deportes de equipo: el balonmano
 - Tema 8. Danzas del mundo

- **PROFESOR RESPONSABLE:** el trabajo se entregará al profesor correspondiente de Educación Física, en cualquiera de las fechas siguientes:
 - 1º evaluación ----- 16 diciembre 2016
 - 2º evaluación ----- 10 marzo 2017
 - 3º evaluación ----- 12 mayo 2017

FECHAS DE EXÁMENES: Si el alumno/a aprueba con los trabajos no se hará examen final. En caso contrario la fecha de examen será el **26 de mayo de 2017, en el segundo recreo, en el aula de 4º A.**

Enterados la familia y el alumno/a
Zaragoza, octubre 2016

Firma familia

Firma alumno/a

ALUMNOS CON LA MATERIA DE EDUCACIÓN FÍSICA DE 3º PENDIENTE

Para superar la asignatura de E.F. pendiente del curso anterior este año:

CLASES DE REPASO: No se dan, la práctica se evalúa con el curso al que pertenecen los alumnos actualmente, por lo tanto es fundamental la **asistencia continua a clase.**

CONTENIDOS: Se deberán realizar los siguientes trabajos para superar esta asignatura:

1º.- trimestre

RESISTENCIA:

- Principales características del entrenamiento de resistencia
- Diferencias entre **resistencia aeróbica y anaeróbica**
- Principales sistemas de entrenamiento de la resistencia
- Test y formas de valorarlas.

2º.- trimestre

FLEXIBILIDAD:

- Principales características del entrenamiento de flexibilidad
- Diferencias entre **FLEXIBILIDAD ACTIVA Y PASIVA**
- Dibujar un circuito con 10 postas de ejercicios de flexibilidad activa y pasiva
- Test y formas de valorarla.

ACROSPORT

- Dibujar 5 equilibrios ó pirámides de los realizados en clase entre 3, 4 y 5 compañeros.

3º.- trimestre

BALONCESTO

- Realizar un trabajo de 5 sesiones de entrenamiento para trabajar las técnicas básicas del baloncesto: pases, tiros, entradas, bloqueos y rebotes. De 50 minutos de duración, con estructura de:
 - Calentamiento
 - Parte principal
 - Vuelta a la calma.

PROFESOR RESPONSABLE: el trabajo se entregará al profesor correspondiente de Educación Física, en cualquiera de las fechas siguientes:

1º evaluación ----- 15 diciembre 2017

2º evaluación ----- 9 marzo 2018

3º evaluación ----- 11 mayo 2018

FECHAS DE EXÁMENES: Si el alumno/a aprueba con los trabajos no se hará examen final.

En caso contrario la fecha de examen será el **jueves 17 de mayo de 2018, en el segundo recreo, en el aula de 3º B.**

Enterados la familia y el alumno/a
Zaragoza, octubre 2017

Firma familia

Firma alumno/a