

PLAN DE RECUPERACIÓN DE SEPTIEMBRE

MATERIA: EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 3º ESO

CONTENIDOS

El Calentamiento Específico, definición, objetivos, fases y características.

Deportes de equipo: Características y reglas: voleibol II y bádminton II

La Lucha Canaria I

Juegos tradicionales canarios

Test de condición Física: Lanzamiento de balón medicinal, salto de longitud. Test de Cooper, Test de Flexibilidad (Flexión de Cadera)

MATERIAL PARA LA PRUEBA

El alumnado debe traer al examen todo lo necesario para su realización:
Indumentaria deportiva y bolígrafo azul para pruebas escritas

CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA

- Pruebas escritas: contenidos anteriormente mencionados.
- Pruebas práctica: test de Condición física