



Recuperació de pendents 2017-2018

**Assignatura: Educació Física
Professor: Biel Casamor
Curs: Segon curs d'ESO**

1-Les qualitats físiques bàsiques: Fes un quadre complet amb definicions i tipus.

2-Explica, de cada un d'aquests tests ,
(La Course navette, el Burpee test i el plate taping):

-Com es fa.

-Quina qualitat tracta de mesurar.

-Quins són els resultats més normals per la vostra edat?

3-Explica:

-Qué millora del nostre cos amb el treball de la resistència aeròbica.

-El treball aeròbic està de moda. posa'n alguns exemples.