



Recuperació de pendents 2018-2019

**Assignatura: Educació Física
Professor: Antònia Bosch
Curs: Tercer curs d'ESO**

Bloc Temàtic I: L'exercici físic i la salut: La Resistència:

- Explica, amb les teves paraules, els conceptes d'exercici físic i salut.

- La resistència:
 1. Definició del concepte de resistència.
 2. Tipus de resistència i explicació de cada un d'ells.
 3. El circuit com a mètode de treball de la resistència.

Bloc Temàtic II: Jocs i Esports. Habilitats motrius específiques aplicades als jocs i esports de pales i raquetes:

1. Característiques dels esports que es practiquen amb pales i raquetes (tennis, pàdel, tennis taula, bàdminton).
2. El bàdminton: història, material, normes i principals cops.

Bloc III: Expressió corporal. Realització de coreografies i jocs relacionats amb els principals sentits del cos humà:

1. Parla dels principals sentits treballats a classe (vista, tacte,..)
2. Realització pràctica de la coreografia (si la tens pendent).