



DEPARTAMENTO DE **EDUCACION FISICA**. IES LAS SALINAS

ACTIVIDADES DE VERANO 1º ESO

ALUMNO: _____ CURSO: _____

PROFESOR: _____

Para alcanzar los objetivos de área, el alumno debe superar los siguientes contenidos:

Contenidos teóricos:

Apuntes relacionados con los contenidos teóricos explicados en clase y que debe conservar el alumno. 1ª evaluación__ 2ª evaluación__ 3ª evaluación __

Contenidos prácticos:

UNIDADES FORMATIVAS PARA 1º DE ESO	
REALIZAR DE FORMA AUTÓNOMA LOS DISTINTOS TIPOS DE EJERCICIOS QUE COMPONEN UN CALENTAMIENTO.	
REALIZAR LOS TEST DE CAPACIDADES FÍSICAS PARA CONOCER MI CONDICIÓN FÍSICA.	
REALIZAR EJERCICIOS DE DESPLAZAMIENTO DE PARKOUR: SALTAR, CORRER ESCALAR, EQUILIBRIO.... (CON PRECAUCIÓN Y SUPERVISIÓN DE UN ADULTO)	
CONOCER Y PRACTICAR LOS ASPECTOS BÁSICOS TÉCNICOS, TÁCTICOS Y REGLAMENTARIOS DEL BALONMANO.	
CONOCER Y PRÁCTICAR LOS JUEGOS POPULARES REALIZADOS EN CLASE.	
REALIZAR LOS JUEGOS MALABARES CON TRES PELOTAS PRACTICADOS EN CLASE.	
REALIZAR EJERCICIOS DE DESPLAZAMIENTO CON VEHICULO O APARATO DE DOS A CUATRO RUEDAS COMO PATÍN, PATINETE, SKATE, ETC	

En La manga, a 14 de junio de 2018

Firmado: