



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

ACTIVIDADES DE VERANO 4º 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 4º DE ESO	
CONFECCIONAR UN PLAN INDIVIDUAL DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO SEGÚN LOS PRINCIPIOS BÁSICOS DEL ENTRENAMIENTO.	
REALIZAR LOS TEST DE CONDICIÓN FÍSICA CON EL FIN DE CONOCER EL PROGRESO ALCANZADO.	
CONOCER LOS ASPECTOS TÉCNICOS, REGLAMENTARIOS Y REQUERIMIENTOS FÍSICOS QUE CARACTERIZAN A LOS CONCURSOS DE LANZAMIENTO EN ATLETISMO.	
REALIZAR LAS ACTIVIDADES RELACIONADAS CON EL BLOQUE DE RITMO Y EXPRESIÓN CORPORAL: ACROSPORT, ACTIVIDADES RÍTMICAS, MIMO, INTERPRETACIÓN DE TEXTOS, LENGUAJE NO VERBAL, ETC.	
CONOCER Y PRACTICAR LOS ASPECTOS TÉCNICOS, TÁCTICOS Y REGLAMENTARIOS DEL VOLEIBOL.	
PRACTICAR LAS ACTIVIDADES RELACIONADAS CON EL MEDIO NATURAL LLEVADAS A CABO EN LAS CLASES.	
CONOCER Y PRACTICAR LOS JUEGOS POPULARES Y TRADICIONALES REALIZADOS EN CLASE.	
OBSERVACIONES:	

En La manga, a 14 de junio de 2018

Firmado:

