

DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ FÍSICA
CURS ESCOLAR 2010-2011

TASQUES D'ESTIU I EXAMEN
PRIMER D'ESO

Finalitzat aquest curs escolar 2010-2011, el professor d'Educació Física et demana que, al llarg d'aquest estiu, facis la tasca que a continuació et comentam i la lliuris el dia estipulat del mes de setembre per tal que puguis recuperar aquesta assignatura.

BLOC TEMÀTIC I: EL COS, L'ACTIVITAT FÍSICA I LA SALUT

- Apunts de classe. (Diari de les classes pràctiques).
- Fitxa nº 1: Fitxa personal i de l'historial esportiu. (1r d'ESO A, B, C, D, E).
- Fitxa nº 2: Els ossos i els músculs del cos humà. (1r d'ESO A, B, C, D, E).

BLOC TEMÀTIC II: LES HABILITATS MOTRIUS BÀSIQUES I ESPECÍFIQUES: ELS JOCS I ESPORTS COL·LECTIUS

- Apunts de classe. (Diari de les classes pràctiques).
- Fitxa nº 3: Presa de pulsacions en diferents situacions. (1r d'ESO A, B, C, D, E).

BLOC TEMÀTIC III: LES ACTIVITATS EN EL MEDI NATURAL

- Fitxa nº 4: Representació gràfica de les pulsacions. (1r d'ESO A, B, C, E).
- Fitxa nº 5: Horari setmanal d'activitat física i sedentarisme. (1r d'ESO A, B, C)
- Fitxa de l'Escalfament (1r d'ESO A, B, C, E).
- Breu explicació de cada una de les activitats realitzades a l'acampada multiesportiva d'aquest curs (bicicleta de muntanya, tir amb arc i piragüisme). Aquesta activitat s'ha de fer sempre i quan l'alumne en qüestió hagi participat a aquesta activitat.

EXAMEN

- Per poder fer l'examen, abans has d'haver entregat totes les fitxes anteriorment esmentades.

NOTA INFORMATIVA: Aconsellam als alumnes suspesos contactin amb el seu professor.

Ànim i molt bon estiu!!!!

Departament d'Educació Física