

EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO

1er. TRIMESTRE

1. Enumera y describe las 4 cualidades físicas básicas.
 2. Qué es la fuerza y describe los tipos de fuerza que conozcas.
 3. Identifica y describe las diferentes fases de la respiración.
 4. Qué es la flexibilidad y describe los tipos que conozcas
 5. Describe las cuatro fases de la respiración.
-

2º TRIMESTRE

1. Enumera las características principales de los deportes individuales.
 2. Describe tres aparatos gimnásticos.
 3. Describe cuatro gestos técnicos del fútbol.
 4. Describe los diferentes tipos de jugadores en el fútbol y su posición en el terreno de juego, también representalo gráficamente.
 5. Describe los gestos técnicos del voleibol.
-

3er TRIMESTRE

1. Describe el sistema de puntuación en el baloncesto.
2. Describe 5 normas e infracciones que conozcas del baloncesto.
3. Enumera y define los diferentes gestos técnicos del baloncesto.
4. Describe los diferentes juegos que hay para trabajar la interpretación.
5. Enumera y define los elementos que se necesitan para llevar a cabo una carrera de orientación y para qué sirven cada uno de ellos.