

E.E.S N°3

TRABAJO PRÁCTICO N° 2 DE EDUCACION FISICA:

CURSO: 3° 1, 2 y 3 C.O Mujeres

PROFESORA: CORDERO SCHNEIDER, PATRICIA

CRISTOFF, GABRIELA

AÑO: 2021

Objetivo: Reconozcan los conceptos propios de la Educación Física para fundamentar y analizar críticamente las prácticas corporales con capacidad argumentativa, utilizando vocabulario disciplinar.

Aprendizajes Esperados: Conocimiento de los conceptos propios de la Educación Física. Utilización del vocabulario disciplinar.

TEMA N° 1: ACTIVIDAD FÍSICA VS. SEDENTARISMO.

1. Qué es la actividad física? y dar algunos ejemplos.
2. Cuáles son los beneficios que les da a mi cuerpo realizar actividad física, nombrar por lo menos 15.
3. ¿Qué es el ejercicio físico? Explicar y dar algunos ejemplos.
4. ¿Qué se debe tener en cuenta cuando va a realizar una actividad física?
5. Como debe ser el ejercicio físico al comienzo (con alguien que nunca hizo o hace mucho tiempo que no realiza).
6. Qué relación existe entre ejercicio y alimentación. Porque es importante alimentarse bien.
7. ¿Qué es el sedentarismo y que causa en mi cuerpo?
8. De acuerdo a su tiempo, gusto, distancia, etc. qué actividad física o Deporte podría realizar?, hable de esa actividad, describirla brevemente.

Criterios para la entrega de los trabajos practico:

Se tendrá en cuenta la prolijidad y presentación del trabajo en tiempo y forma.

El trabajo practico debe tener caratula, título del trabajo, curso, nombre y apellido y las respuestas a las consignas.

Tienen 2 opciones de entrega para presentar los trabajos prácticos:

Correo electrónico:

profepatryschneider@yahoo.com.ar

gabrielacff29@gmail.com

Plataforma ELE.