

E.E.S Nº 3

TRABAJO PRÁCTICO Nº 1 DE EDUCACION FISICA:

CURSO: 3º 1, 2 y 3 C.O Mujeres

PROFESORA: CORDERO SCHNEIDER, PATRICIA

CRISTOFF, GABRIELA

TEMA Nº 1: Glosario de Educación Física

Realiza tu trabajo escrito en una hoja de carpeta para ser entregado el primer día de clases. En la misma deberás colocar, título del trabajo practico, Apellido y nombre, curso.

Actividad:

Estos son términos que se utilizan normalmente durante las clases de Educación Física y es necesario que conozcan sus significados.

- a) Ordena las palabras en orden alfabético.
- b) Busca, investiga y redacta el significado de las siguientes palabras.

- 1- Educación Física
- 2- Actividad Física
- 3- Deporte
- 4- Recreación
- 5- Elongación
- 6- Fuerza muscular
- 7- Resistencia aeróbica y anaeróbica
- 8- Aptitud física
- 9- Ejercicio físico
- 10- Actividad física aeróbica
- 11- Coordinación
- 12- Entrenamiento
- 13- Sedentarismo
- 14- Equilibrio
- 15- Flexibilidad
- 16- Velocidad
- 17- Abducción
- 18- Gimnasia formativa
- 19- Flexión
- 20- Extensión
- 21- Habilidades motoras
- 22- Juego
- 23- Rotación
- 24- Aducción
- 25- capacidades Motoras
- 25- Postura

- 26- Repeticiones
- 27- Intensidad
- 28- Movilidad Articular
- 29- articulaciones
- 30- Salud

Recomendaciones: Busquen definiciones cortas, que expliquen que son, no se extiendan demasiado en cuestiones que no se les está pidiendo.

Consultas a las profesoras: profepatryschneider@yahoo.com.ar

gabrielacff29@gmail.com

