

EDUCACION FISICA

El futuro del mundo
está en nuestras clases



BIENVENIDOS A TRABAJAR!!!!!!



ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORA: PAVKA, ALICIA

HE INCLUIDO LOS T.P. ANTERIORES PORQUE NO TODOS HAN TENIDO ACCESO AÚN CADA VEZ QUE SUBAN ACTIVIDADES DEBERAN OBSERVAR QUE TRABAJO NO HAN REALIZADO AUN Y CONTINUAR APARTIR DE ALLI DE SEGUIR LA CUARENTENA SE SEGUIRÁN INCLUYENDO T.P.

T.P. N° 1: CONOCIENDO DE QUE SE TRATA...

Utiliza una carpeta o computadora, dónde desarrollarás los trabajos prácticos que serán considerados de manera indispensable para la aprobación del primer trimestre en este espacio curricular. Toda información puedes hallarla en google, Wikipedia, también para su corrección debes enviarlo al correo aliciaytiago72@gmail.com en formato Word o PDF.

Investiga y escribe los siguientes conceptos y/o definiciones:

- ✓ Definición de EDUCACIÓN FÍSICA.
- ✓ ¿Cuáles son las valencias físicas? Enumere y explique cada una de ellas.
- ✓ Realizan una red conceptual con la definición de deportes individuales y de conjunto menciona por lo menos cinco de ellos.
- ✓ Concepto de ACTIVIDAD FÍSICA.
- ✓ Concepto de ejercicios.

- ✓ **Beneficios de la actividad física menciona como contribuye dichos beneficios a la salud.**
- ✓ **EL DEPORTE: definición.**
- ✓ **El deporte posee al menos dos vertientes una es el deporte recreativo y otro el competitivo cual es el objetivo principal de cada uno de ellos.**
- ✓ **Realizas algún deportes o actividad física, menciona ¿cuál o cuáles son y cómo crees que esto influye en tu calidad de vida?**
- ✓ **Apréndete está coreo, enséñales a los miembros de tu familia has un videíto no muy largo y lo principal diviértete mucho.**

<https://www.youtube.com/watch?v=TExp8vNB4k>

T.P. N° 2: EL CORONAVIRUS

- ✓ **Apréndete está coreo, enséñales a los miembros de tu familia has un videíto no muy largo y lo principal APRENDE DIVIRTIENDOTE mucho.**

<https://www.youtube.com/watch?v=TExp8vNB4k>

Recuerdas esta tarea del trabajo anterior; complementalo de la siguiente manera:

-  **Extrae los concejos de prevención y cuidados para evitar el contagio.**
-  **Agrega a la lista otros que no se encuentren en el video.**
-  **Escribe brevemente como podrías contribuir a no ser parte de la propagación del virus COVID – 19.**
-  **En tu barrio ¿han tomado conciencia? Si – No fundamenta tu respuesta.**
-  **Cómo te sientes con el aislamiento social. A que reflexión te lleva cuando observas el cambio climático a raíz del cese de actividad del hombre.**

T. P. N°III: ALIMENTACIÓN SALUDABLE

- Concepto de alimentación y nutrición.
- Definición de alimentación saludable.
- Que alimentos debería incluirse en una alimentación saludable y cuáles no.
- Que enfermedades acarrea una mala alimentación.
- Nombra tres enfermedades que provocan trastornos alimenticios especialmente en adolescentes. Comenta una de ellas (causas, consecuencias, síntomas)
- ¿Qué es el índice de masa corporal, para que sirve y como se calcula?
- Conclusión: lee atentamente toda la información recaudada establece una comparación con tu vida y plasma de manera escrita tu opinión. ¿Cómo te sentís con respecto a tu peso y a tu manera de alimentarte? ¿te sirvió esa información, aplicarías a tu vida cotidiana, crees que llevas una alimentación saludable.)