



"Evangelizamos educando y educamos evangelizando"

"Año del Vicentinismo: Sonrisa y esperanza para los pobres"

TEMARIO DE EDUCACIÓN FÍSICA

APLAZADOS 5º DE SECUNDARIA

1º COMPETENCIA

SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD.

Natación:

- Nadar 25 metros estilo libre y espalda

Gimnasia Rítmica:

- Realizar un dril de Gimnasia Rítmica (Traer su música elegida y grabadora)

Gimnasia deportiva:

- Realizar dos ejercicios utilizando el taburete y dos utilizando la colchoneta.

2º COMPETENCIA

ASUME UNA VIDA SALUDABLE

RESISTENCIA AERÒBICA

- Trotas 20 minutos sin para manteniendo su propio ritmo.

ALIMENTACIÓN BALANCEADA

- Preparar un plato de comida y explicar el por qué es balanceado y nutritivo.
- Traer los ingredientes al colegio para prepararlo.

3º COMPETENCIA

INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIO MOTRICES

REGLAS DE JUEGO

Evaluación Oral

- Explicar cuatro reglas de juego del vóley, fútbol, básquet y balonmano.