

## TRABAJO INTEGRADOR

### TP N° 8 EDUCACIÓN FÍSICA

CURSOS: 3º 1 – 3º 2º

PROFESORA: Goette Andrea

NOMBRE DEL ALUMNO:

FECHA DE ENTREGA: 10 de noviembre de 2020.

ENVIAR AL MAIL DE CADA DOCENTE: [andrea\\_goette@yahoo.com.ar](mailto:andrea_goette@yahoo.com.ar)



- 1) Observar las siguientes cuatro imágenes e identificar a que hacen referencia RESISTENCIA AERÓBICA- RESISTENCIA ANAERÓBICA-FUERZA ESTÁTICA-FUERZA DINÁMICA.



miperiodicodigital.com

TROTAR 40 MINUTOS



CORRER A TODA VELOCIDAD



2) ¿Qué debo hacer antes y después de cada actividad física?

### 3) VOLEIBOL

Nº	Responder	Respuestas
1	¿Los jugadores en posición 2, 3 y 4 son delanteros o zagueros?	
2	Cuántos set debo lograr para ganar un encuentro?	

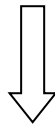
3	¿Cuánto mide la zona delantera?	
4	¿La línea de 3 metros limita la acción de los zagueros?	
5	¿Un jugador delantero bloquea la pelota y al caer en su cancha cuenta como toque?	
6	¿El jugador líbero se encarga de la defensa o del ataque?	

- 4) Mencionar 5 beneficios que nos otorga la actividad física a nuestra salud.
- 5) A tu criterio ¿qué debe tener una alimentación saludable?

## 6) Las disciplinas del atletismo son



.....

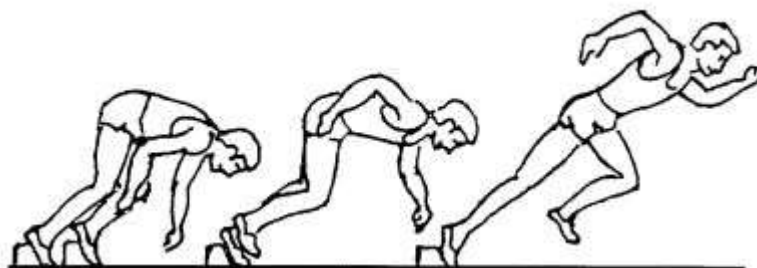
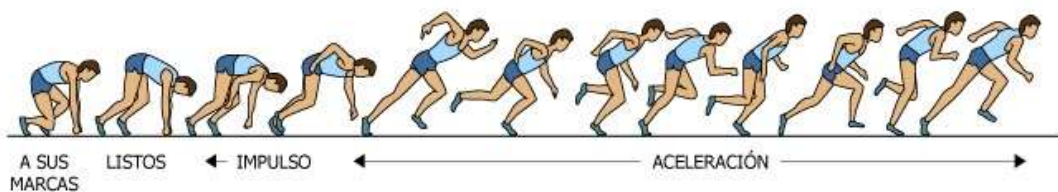


.....



.....

### SALIDA BAJA SECUENCIA COMPLETA



PARTIDA ALTA

En cuáles carreras se usan las diferentes carreras?

## 7) PRIMEROS AUXILIOS



La imagen que ves ¿a qué te hace referencia?

Estudiantes: ¿Cómo están? Es muy importante la entrega de las propuestas para poder dar un cierre al ciclo electivo virtual 2020.

Espero sus trabajos y cualquier duda estamos a su disposición.