

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



- 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?	

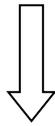
3	¿Cuánto mide de la zona delantera?	
4	¿La línea de 3 metros limita la acción de los zagueros?	
5	¿Un jugador delantero bloquea la pelota y al caer en su cancha cuenta como toque?	
6	¿El jugador líbero se encarga de la defensa o del ataque?	

- 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



.....

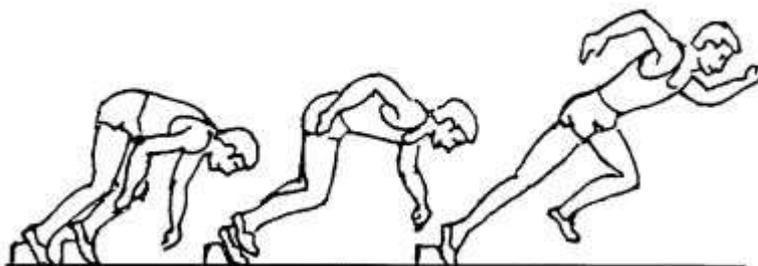
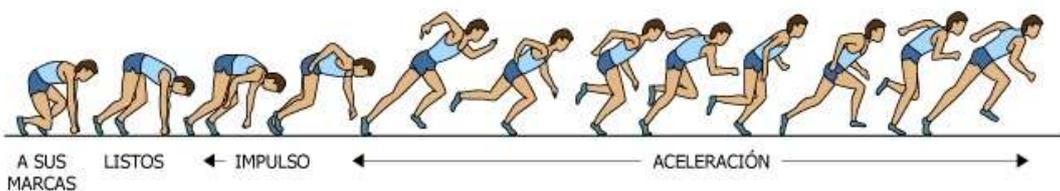


.....



.....

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.