

Contenidos Mínimos 3º ESO septiembre IES Los Cristianos.

1. El calentamiento general y vuelta a la calma. Elaboración y puesta en práctica.
2. Capacidades físicas y coordinativas. Vinculación con los aparatos y sistemas orgánico-funcionales por medio de la práctica.
3. Relación entre alimentación equilibrada, salud y práctica de actividad física
- 4 . Autonomía en el uso correcto de espacios, materiales e indumentaria.
5. Juegos y deportes individuales y colectivos. Control corporal en situaciones motrices complejas.

PRUEBA EXTRAORDINARIA

EL EXAMEN SERÁ TEÓRICO PRÁCTICO . Teórico mínimo un 3 para pasar a la prueba práctica de cualidades físicas básicas y/o juegos y deportes.