

Docente: Sandra Otero.

Ed. Física 5to A.

Fecha de entrega: en la semana del 25 al 27 de marzo.

Hola me presento por éste medio ya que todos saben el por qué, soy Sandra Profe de Ed Física, y cómo saben en algunos cursos de Remo.

Ante la imposibilidad que tenemos de encontrarnos vamos a mantenernos comunicados por éste medio.

Si bien los tuve el año pasado me gustaría que se presenten:

- Poniendo su nombre.

-Si realizan alguna actividad o deporte/s ¿cuál/es son?

Eso por un lado cómo para conocerlos un poco más.

Bueno vamos a responder unas preguntas:

-¿Qué es la Ed. física?

- ¿Qué es la gimnasia?

-Desarrolla la diferencia entre gimnasia y educación física.

-¿A qué se le llama "entrada en calor" o ejercicios pre competitivos?

-¿Es importante?

-¿Para qué nos sirven?

Si hablamos de anatomía:

-¿Qué es el pulso?

-¿Qué tipos de pulsos hay (por ej: pulso Radial)?

-¿Cuáles nos tomamos frecuentemente cuando hacemos actividad física?

-¿Qué es el esqueleto?

-¿Qué es el sistema muscular?

Si hablamos de deporte.

-¿Qué es el Atletismo?

-¿Cuándo se originó y dónde?

-¿Cuántas pruebas de campo hay y cuáles son?

-¿Cuántas pruebas de pista hay y cuáles son?

Les dejo un link sencillo para atletismo.

<https://www.youtube.com/watch?v=d6iPQtqRK8Q>

Cualquier duda o consulta, enviar un mail a mi correo electrónico, aclarando en "Asunto" el nombre del estudiante y curso.

Recuerden que, además de realizar las actividades de continuidad pedagógica, es muy importante que se cuiden, se alimenten sanamente, realicen ejercicio, no salgan de sus casas si no es indispensable y convivan en familia armónicamente, les mando un abrazo virtual y espero nos podamos ver prontito!