CURSO REMEDIAL EDU FISICA
AREA: EDUCACION FISICA
AÑO: 2021
GRADOS A QUIEN ESTA DIRIGIDA LA ACTIVIDAD: ALUMNOS QUE PERDIERON LA ASIGNATURA PARA EL AÑO DE LOS GRADOS 7-3. 8. 9. 10 Y 11
RESPONSABLES: Camilo Vallejo

ACTIVIDAD 1 DE 3

DESEMPEÑO: Mejora las capacidades físicas.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:
1. Vista el canal de YouTube del profesor Camilo Vallejo Duque
https://www.youtube.com/user/deportecamilovallejo/videos
2. Realiza 8 entrenamientos completos del canal.
3. Evidencia los 8 entrenamientos realizados con grabación de video la cual debes subir a YOUTUBE.
4. Copia y pega los enlaces en este espacio.

Enlace de entrenamiento 1:
Enlace de entrenamiento 2:
Enlace de entrenamiento 3:
Enlace de entrenamiento 4:
Enlace de entrenamiento 5:
Enlace de entrenamiento 6:
Enlace de entrenamiento 7:
Enlace de entrenamiento 8:

ACTIVIDAD 2 DE 3

DESEMPEÑO: Comprendo los conceptos de las capacidades físicas.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:
Consulta el significado de las siguientes capacidades físicas:

1. Resistencia:
2. Velocidad:
3. Fuerza:
4: Flexibilidad.
5. Coordinación:
6. Equilibrio:
7. Ritmo:

ACTIVIDAD 3 DE 3

DESEMPEÑO: Comprendo los conceptos de las capacidades físicas.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:
Exponer el significado de cada una de las capacidades físicas.
Para la exposición existen 2 opciones:
Opción 1: Realizarla presencial en caso de tener la clase programada por la institución, durante la semana de recuperaciones.
Opción 2: En caso de no tener la clase presencial, grabarse un video y subirlo a YOUTUBE.
Pegar el enlace en este espacio:

Copia y pega acá el enlace del video donde expones los conceptos de las capacidades físicas: