

TRABAJO INTEGRADOR

Educación física

3*AÑO

Cuerpo Humano

- _1_ Nombre los beneficios de realizar actividad física de forma regular.
- _2_ Indique cómo afecta el sedentarismo en nuestra salud.
- _3_ Grafique el esqueleto humano señalando sus huesos principales.
- _4_ Dibuje el cuerpo humano y señale sus músculos principales.
- _5_ Explique y grafique la elongación para cada músculo principal.

Nutrición

- _6_ Dibuje la rueda alimentaria y señale sus partes.
- _7_ Clasifica los alimentos según sus nutrientes
- _8_ Nombra y describe los nutrientes esenciales.
- _9_ ¿Qué es el balance energético?

Capacidades Condicionales

- _10_ ¿Qué son las capacidades condicionales ?
- _11_ ¿Cuáles son las capacidades condicionales?

Deportes

Handball

12 Dibuje el campo de juego señalando sus medidas reglamentarias y funciones de cada línea.

13 Explique el funcionamiento del deporte (cantidad de jugadores, como se gana un partido, etc)

14 Nombre las reglas básicas.

Atletismo

15 Seleccione una disciplina y realice una breve reseña histórica.

16 Grafique el lugar donde se desarrolla señalando sus medidas reglamentarias y funciones de cada línea.

17 Explique el funcionamiento de cada disciplina y nombre sus reglas básicas.