

**TREBALL PER RECUPERAR EF A SETEMBRE**

Per poder recuperar la matèria d'Educació Física a setembre heu de realitzar el següent treball **a mà** i lliurar-lo el dia de l'examen; en cas de no poder assistir al centre s'haurà de fer una foto del treball (en cap cas s'admetrà un treball fet a ordinador) i enviar-la, com a tard el dia assignat a matèries suspeses al setembre a Educació Física al següent correu electrònic: ([lalcaide@iesquartodelrei.es](mailto:lalcaide@iesquartodelrei.es)). Després fareu uns tests de condició física dels practicats a classe durant el curs. El valor del treball és del 50% i els tests 50% (si hi ha assistència al centre, si no el treball valdrà el 100% de la nota).

El dia de l'examen heu de portar obligatòriament **roba esportiva**.

- 1- Tipus de salts i llançament a l'atletisme.
- 2- Dibuixa els implements que hem llançat a atletisme.
- 3- Descriu un circuit de bàsquet de 6 exercicis.
- 4- Descriu un circuit de futbol de 6 exercicis, utilitzant: dos bancs, tres aros i sis conos.
- 5- Descriu totes les formes d'eliminació d'un jugador al beisbol.
- 6- Dissenya 3 exercicis o activitats per millorar cada tipus de cop del bàdminton.
- 7- Dissenya i dibuixa un escalfament general de 15 minuts previ a qualsevol activitat física.