



COLEGIO GIBRALTAIRE  
CENTRO CONCERTADO BILINGÜE  
Educación Primaria y Secundaria

Nombre y Apellidos:

Plan de recuperación de aprendizajes no adquiridos

2ºESO

Educación Física

Firma del padre-madre

### Objetivos no alcanzados:

Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contraindicaciones que la práctica regular de la actividad física tiene para la salud.

Conocer diversos aspectos de la actividad física relacionados con la salud.

Empezar a dominar algunos deportes.

Practicar de forma habitual y sistemática actividades físicas con el fin de mejorar las condiciones de salud y calidad de vida.

Realizar tareas dirigidas a la mejora de la condición física y las condiciones de salud, haciendo un tratamiento discriminado de cada capacidad.

Incrementar tus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas.

Conocer y practicar modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos.

### Contenidos no asimilados:

		Día de entrega	Hora	Lugar
1ª Evaluación	Condición física	27 de noviembre 2019	11:30	Aula de convivencia
2ª Evaluación	Baloncesto	18 de marzo de 2020	11:30	Aula de convivencia
3ª Evaluación	Habilidades acrobáticas	27 de mayo de 2020	11:30	Aula de convivencia
Práctica	Test de Course Navette y pino.	3 de junio 2020	11:30	Gimnasio

NOTA IMPORTANTE: Todos los apuntes y trabajos están en la página web [www.efgibraltaire.jimdo.com](http://www.efgibraltaire.jimdo.com) + APUNTES + 2ºESO.

### Propuesta de recuperación:

La recuperación de los contenidos teóricos no alcanzados se realizará en las fechas, hora y lugar indicados anteriormente.

La recuperación de los contenidos prácticos: Test de Course Navette y realización del equilibrio extendido invertido (pino).

#### PRIMERA EVALUACIÓN

Condición física

TEORIA

TRABAJO

Condición física:

- Resistencia.
- Flexibilidad.
- Fuerza.
- Velocidad.

Trabajo sobre los apuntes de condición física adjuntos en la web [www.efgibraltaire.jimdo.com](http://www.efgibraltaire.jimdo.com) + APUNTES + 2ºESO + TRABAJO DE RECUPERACIÓN DE LA 1ª EVALUACIÓN.  
Los apuntes sobre la condición física se encuentran en la misma página web, justo bajo el archivo de recuperación de la 1ª evaluación.

#### SEGUNDA EVALUACIÓN

Lanzamiento de peso

TEORIA

EXAMEN TEÓRICO

Baloncesto:

- Reglamento básico del baloncesto.

- Examen tipo test sobre dichos apuntes.

#### TERCERA EVALUACIÓN

Salto de altura

TEORIA

EXAMEN PRÁCTICO

Esta evaluación es fundamentalmente práctica, por lo que no se precisan contenidos teóricos para realizar la prueba de recuperación.

Realización del Equilibrio Extendido Invertido (pino)  
Realización del Test de Course Navette

