

TEMARIO EDUCACIÓN FÍSICA

DOCENTES:

L.E.F CRISTEL ANDREA LÓPEZ RUIZ

L.E.F ANA CAMELIA CRUZ DÍAZ

MAESTRO JORGE ANTONIO LARA ESPINOSA

PRIMER AÑO GRUPOS A, B,C, D y E:

- Definiciones propias de educación física
- Condición física
- Actividad física
- Capacidades físicas
- Motricidad
- Básquetbol
- Voleibol
- Futbol

SEGUNDO AÑO GRUPOS A, D y E:

- Deportes
- Habilidades motrices
- Básquetbol
- Resistencia
- Actividades aeróbicas
- Fuerza
- Flexibilidad
- Frecuencia cardiaca (sistema cardiovascular)
- Estilos de vida saludable

TERCER AÑO GRUPOS A, B, C, D y E:

- Educación física
- Frecuencia cardíaca
- Rol
- Factores para diseñar una estrategia
- Prevención de enfermedades
- Expresión corporal
- Actividad física
- Juegos modificados
- Circuitos de acción motriz
- Actividades recreativas