

TRABAJO DE VERANO EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO

Alumnos que han suspendido la materia y deben estudiar los contenidos para el examen de septiembre:

1. Estudio de los temas/contenidos explicados y la realización de un examen con preguntas cortas sobre:

- Primeros auxilios: RCP y Maniobra de Heimlich tanto en bebés lactantes como en niños. Posición lateral de seguridad, posición antishock y semisentado (asma).

- Reglas básicas del Voleibol. Diferencias entre toque de dedos y de antebrazos. Tipos de saque.

2. Realizar la parte práctica de:

- Pruebas físicas: Flexibilidad, Circuito de agilidad, Pacer Test, Salto horizontal y balón medicinal.

- Atletismo: Paso de vallas, salto de altura (técnica de tijera) y lanzamiento de peso (lineal).