

PAUTAS PARA EXAMEN DE EDUCACIÓN FÍSICA .

1° - 2° - 3° AÑO.

- 1- RESISTENCIA general durante 8 minutos.
- 2- ATLETISMO : - Salida de Tacos.
 - Técnica de Carrera.
 - Salto Largo.
 - Lanzamiento de Bala.
- 3- HABILIDADES Y DESTREZAS:
 - Voltereta al frente.
 - Voltereta atrás.
 - Paro de manos o Rueda de Carro.
- 4- FORMACIÓN CORPORAL:
 - Abdominales
 - Dorsales
 - Brazos resistencia.
 - Piernas.
- 5- DEPORTE: Fundamentos de Voleibol, Handbol o Basquetbol.

SALA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

LICEO N° 1 DE CARMELO.

DR. DAVID BONJOUR.