

TRABAJO PRACTICO N° 6

CURSO: 4TO 2DA

MATERIA: EDUCACION FISICA

PROFESORA: BERECIARTUA VICTORIA

FECHA DE ENTREGA: 7 SEPTIEMBRE AL EMAIL VIKIBERE@HOTMAIL.COM

CLASE VIRTUAL PROGRAMADA PARA MARTES 1 SEPTIEMBRE A LAS 13 HS A TRAVES DE MEET.

Siguiendo con el tema de deportes individuales, relacionándolo con la actualidad de la pandemia y con la semana de ESI (educación sexual integral), que tiene que ver con el cuidado del cuerpo. Realizaremos una pequeña investigación de acuerdo a los últimos hechos, donde sabemos que autorizaron la práctica de deportes individuales.

- 1) ¿cuáles son los deportes que autorizaron?
- 2) ¿Por qué te parece que autorizaron esos y no otros?
- 3) ¿cómo podemos relacionar esos deportes autorizados con los cuidados que tenemos que tener en la actualidad con el covid 19? ¿Cuáles serian los beneficios de realizar actividad física de manera individual?
- 4) De los deportes o actividades autorizadas, ¿realizas alguna?¿cual?
- 5) Te propongo si no realizas ninguna de hacer caminata o bicicleta como mínimo 30 minutos al día, 3 veces por semana.
si te animas a mas podemos armar juntos un plan de entrenamiento.