

cursos	TASQUES A REALITZAR
3r ESO	<p>3 tasques teòriques del Moodle (cal entrar i seguir les instruccions de cadascuna):</p> <ul style="list-style-type: none"> -L'entrenament de la resistència -L'acrosport -Els esports no tradicionals. <p>Aquests treballs s'han de lliurar de la manera que s'us demana al moodle abans del 31 d'agost.</p> <p>Per si no ho recordes...</p> <p>Per entrar al moodle necessites el teu nom d'usuari (és la part anterior al símbol @ del teu correu corporatiu) i la teva contrassenya. Si l'has oblidada, recorda que pots fer clic a "recuperar contrassenya " o a "has oblidat la contrassenya" i podràs obtenir-ne una de nova.</p> <p>Tasques pràctiques:</p> <p>Durant les vacances hauries d'intentar mantenir-te actiu/va. Et proposem que facis un registre de totes aquelles activitats que realitzis, que comportin moviment de gran part del cos. Mira de fer un mínim de 2-3 sessions setmanals.</p> <p>Anota l'activitat física que has fet cada setmana d'estiu i adjunta-hi un petit reportatge fotogràfic, dibuixat o amb video, per evidenciar les tasques. Si normalment ja fas activitat, només l'hauràs de registrar. Si et costa mantenir-te actiu/va, hauràs de pensar què pots fer, que t'agradi, que et permeti adquirir aquest hàbit, per a incidir en la millora de la teva salut.</p>

