

ALUMNAT A QUI LI HA QUEDAT LA MATÈRIA d'EDUCACIÓ FÍSICA SUSPESA Curs 22-23:

CURSOS	TASQUES A REALITZAR
1r ESO	<p>Tasques teòriques del Moodle:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escalfament - Exercici freqüència cardíaca - Mirar documents i respondre els qüestionaris d'Handbol i d'atletisme - Treball de jocs populars <p>Aquests treballs s'han de lliurar de la manera que s'us demana al moodle abans del 31 d'agost. 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>

