

EDUCACIÓN FÍSICA 2020

CICLO: Superior

GRUPO: 20

DEPORTE: Basquetbol

PROFESOR: Oscar R. Burgos

TRABAJO PRACTICO: 2 (2do. Cuatrimestre)

TIEMPO DE PRESENTACIÓN : Hasta el 13 /10

Actividades teóricas a realizar. Instituciones deportivas - Protocolos / Acondicionamiento físico individual.

a- Teniendo en cuenta el último trabajo práctico de Instituciones deportivas: Clubes - F.J.B - C.A.A.B - F.I.B.A . Aportar sugerencias de protocolos para adaptarlas a los espacios de nuestra institución (Gimnasio y Playón deportivo)

b- Protocolo individual. Proponer sugerencias para asistir para a clases de Educ. Física en épocas pandemia. Elementos de prevención individual y acciones a realizar.

c- Elaborar un propio plan de entrenamiento de un mes para consolidar y afianzar el acondicionamiento físico teniendo en cuenta los espacios y elementos disponibles.