

## EDUCACIÓN FÍSICA 2º ESO

### 1er. TRIMESTRE

1. Enumera y describe las 4 cualidades físicas básicas.
  2. Qué es la fuerza y describe los tipos de fuerza que conozcas.
  3. Identifica y describe las diferentes fases de la respiración.
  4. Qué es la velocidad y describe los tipos que conozcas
  5. Describe las cuatro fases de la respiración.
- 

### 2º TRIMESTRE

1. Enumera las características principales de los deportes individuales.
  2. Describe tres aparatos gimnásticos.
  3. Describe cuatro gestos técnicos del fútbol.
  4. Describe el sistema de puntuación en el baloncesto
  5. Describe 5 normas e infracciones que conozcas del baloncesto
- 

### 3er TRIMESTRE

1. Describe el sistema de puntuación en el voleibol.
2. Describe 5 normas e infracciones que conozcas del voleibol.
3. Describe los gestos técnicos del voleibol.
4. Describe los fundamentos del baile de salón.
5. Enumera y define los elementos que se necesitan para llevar a cabo una carrera de orientación y para qué sirven cada uno de ellos.