

IES LAS VEREDILLAS  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA  
PLAN DE RECUPERACIÓN PARA SEPTIEMBRE DE 2018.

## 4º ESO

### 1. Tareas

- Cinco jugadas técnico-tácticas de Voleibol.
- Resumen de las Capacidades Físicas Básicas. (Fuerza, Velocidad, Resistencia y Movilidad Articular), esquema y opinión personal.

### 2. Examen de contenidos mínimos.

- Calentamiento
- Reglamento de deporte de Voleibol, Badminton y Basebol
- Capacidades físicas Básicas (Fuerza, Velocidad, Resistencia y Movilidad articular)
- Deportes de Raquetas

### 3. Examen práctico.

- Calentamiento General y 30 minutos de carrera continua. (Quienes por motivos médicos debidamente acreditados no puedan realizar esta prueba deberán hacer una prueba teórica sobre los trabajos escritos anteriormente citados).