



EDUCACIÓN FÍSICA

Acondicionamiento físico

EDUCACIÓN FÍSICA: Es un cultivo metódico de ejercicios adecuados que tienen por objeto desarrollar y fortalecer el cuerpo humano.

OBJETIVO: Formar físicamente al niño en el desarrollo corporal y orgánico, la obtención de una amplia capacidad motora general.

Atletismo	Juegos Predeportivos	Natación
<ul style="list-style-type: none">• Carrera continua media, posición de cadera y punto de gravedad• Uso correcto de carriles• Retroalimentación de salto largo, despegue desde la tabla• Lanzamiento de pelota de béisbol	Refuerzo elementos técnicos de: <ul style="list-style-type: none">• Minibaloncesto• Fútbol• Batbol Juegos Recreativos Gimnasia rítmica femenina	<ul style="list-style-type: none">• Retroalimentación estilo crawl, patada pecho con tabla.• Brazada, pool• Introducción estilo dorso

