



SAN FERNANDO COLLEGE

GUÍA DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA N° 1 CUARTOS MEDIOS 2020

OBJETIVO: Conocer los tópicos necesarios para realizar un trote de larga duración.

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

“COMO TROTAR”

Realizar un trabajo de investigación teniendo los siguientes componentes:

1.-Introducción.

2.-Desarrollo.

3.-Conclusión.

4.-Bibliografía.

5.-Máximo 3 planas tamaño carta.

6.-Conceptos claves a tratar: Técnica, respiración, intensidad del trote, hidratación, vestimenta y calzado apropiado.

7.-Imágenes.

8.-Datos personales: Nombre, curso y fecha.

Nota: El trabajo será considerado como evaluación al retorno de las clases presenciales.

Saludos cordiales y cúdense.

Departamento de Educación Física.

San Fernando, 30 de marzo de 2020