



3º PMAR

25 maio - 5 xuño 2020

Tecnoloxía

- Os alumnos e alumnas terán a súa disposición na **aula virtual** actividades de reforzo para aqueles/as que non tiveran acadado unha avaliación positiva (*Exercicios de repaso materiais e representación gráfica*).
- Tamén haberá un cuestionario sobre conceptos tecnolóxicos básicos. Actividade final de curso.
- Por outra parte, poderán resolver dúbidas ou solicitar documentación a través do **correo electrónico** (juana.pololopez@gmail.com).
- Realizaremos **videoconferencias** para todo o alumnado que poida (horario publicado na páxina web do centro).

Inglés

Empregarase a **Aula Virtual** para subir as diferentes tarefas. O correo electrónico de contacto será: noegomezfernandez78@gmail.com.

As tarefas asignadas serán diversos exercicios de repaso e consolidación do estudado ata a data. Serán actividades de vocabulario e gramática sacadas do libro de exercicios así como exercicios interactivos con solucionarios. Haberá tamén tarefas de comprensión lectora e oral e tamén de expresión escrita.

Francés

- Civilización: El sur de Francia. Jean de l'Ours (cuento y leyenda de los Pirineos)
- Describir una acción en curso, hablar de una acción en un futuro próximo.
- Comparar.
- Decir lo que se acaba de hacer.
- Relatar lo que se dijo, empleando el estilo indirecto.
- Vocabulario: recuerdos de playa.
- El pasado reciente, el presente continuo, el futuro próximo.
- La concordancia y el lugar del adjetivo.
- El discurso y la interrogación indirecta.

Correo electrónico para enviar tareas: abalado@edu.xunta.es o nmrblvpn@gmail.com



Educación Física

TEORÍA

1ª AVALIACIÓN: RECUPERACIÓN

- Os alumno que suspenderon a 1ª avaliación poderán recuperar presentando un traballo.
- Os alumnos que teñan na media aritmética das notas da 1ª e da 2ª avaliación, aprobado, non teñen a obriga de facer a recuperación.
- Os alumnos que queiran subir nota facendo o traballo do terceiro trimestre, deberán realizar antes o traballo para recuperar a 1ª avaliación
- O tema do traballo é (teoría da avaliación impartida na aula) sobre unha das catro capacidades físicas básicas: resistencia, forza, velocidades e flexibilidade. Elixide unha das catro.
- Indicade os métodos para seu desenrolo/sistemas de adestramento. Contido básico.
- Podedes poñer debuxos ou fotos.
- Extensión: dúas caras máximo.
- Presentación: o traballo envíase por correo electrónico.
- Entrega: data límite o 15 de xuño.

2ª AVALIACIÓN

Traballo para os alumnos cun 5 de nota na 2ª aval.

1. No caso de que non se faga o traballo queda a mesma nota: 2ª avaliación 5.
 2. No caso de presentar o traballo de teoría se fará a media e se cambiará a nota.
- Traballo sobre os deportes acuáticos e deportes na natureza.
 - Para realizar a actividade do terceiro trimestre, hai que facer antes o traballo da 2ª avaliación.

Se tedes algunha dúbida, enviádeme un correo.

3ª AVALIACIÓN/TERCEIRO TRIMESTRE

► Actividade reforzo/ampliación

Realizar un traballo sobre o deporte acuático: "Remo".

Indicacións:

- O traballo ten dúas partes. Unha primeira sobre o remo olímpico e a segunda parte sobre o remo non olímpico.
- Contidos básicos: criterio xerais, características básicas e modalidades.
- Presentación: envíase por correo electrónico.
- Entrega: data límite o 15 de xuño.
- Valoración: poderá subir a nota 0'5 máximo.



Para realizar o traballo, o alumno ten que facer con anterioridade o traballo para recuperar a 1ª avaliación e o traballo da 2ª .

Se tedes algunha dúbida, enviádeme un correo.

PRÁCTICA

Plan de traballo 1.

a) Aerobic:

clase de aerobic Uni Valdecaballeros

b) Pilates:

Método Pilates- Entrenamiento en colchoneta

Plan de traballo 2.

2.1. Sesión de condición física en TVE.

No canal de TVE, "La 2", emítense o espazo "Muévete en casa", conducido polo profesor de fitness Cesc Escolá.

O horario é: 9.00 a 9.30 horas.

Son exercicios doados. Primeiro faise un quentamento e despois exercicios con diferente material que temos na casa. Vaise indicando a posición correcta e permite realizalo con distinta intensidade.

2.2. Sesións de condición física en youtube.

Frecuencia das sesións: acotío.

Para traballar a resistencia, a forza e a flexibilidade:

a) Cardio 10 minutos ideal para principiantes

gymvirtual

b) Rutina exercicios para tonificar el cuerpo 20/ minutos

gymvirtual

d) Ganar flexibilidade/Principiantes

Plan de traballo 3.

Clase/sesión de condición física en youtube:

a) Día 1/Entrenamiento en casa

ORUX

Exercicios moi doados. Son 8. Cun quentamento previo. A intensidade pódese regular polo número de repeticións ou de voltas.

Son 21 sesións. Todas similares.

b) FONCTIONAL TRAININ 1

ToGoGym By Zagros



Hai varios niveis.

A dificultade dos exercicios é maior: algúns son equilíbrios. A intensidade tamén algo superior cá anterior.

Frecuencia: días alternos.

c) Para desenrolo da flexibilidade:

Rutina para ganar flexibilidade y movilidad

Frecuencia: acotío.

(margaritavizoso@edu.xunta.es).

Música

Tienen un Padlet virtual y su correo lo tienen todos, incluída el Aula Virtual.

Les cuelga los trabajos y tienen que enviar los vídeos correspondientes, con las prácticas, al correo.

Si tienen dudas, que escriban al correo, pero tienen clases online.

Ámbito Lingüístico-social

Se trabajará gramática y comprensión lectora tanto en castellano como en gallego y repaso de geografía e historia. Las tareas serán facilitadas por la profesora a través del correo electrónico. Periódicamente serán convocados a reuniones telemáticas en grupos reducidos para hacer un seguimiento del trabajo y aclarar dudas que no quedasen resueltas después de las correcciones enviadas.

Ámbito científico-matemático

- Envío por parte do alumnado do traballo SEMANA1_OBLIGATORIO. Data límite: 11-05.
- Envío por parte do alumnado do traballo SEMANA2_OBLIGATORIO. Data límite: 18-05.

Como ata agora, o medio de comunicación será o correo electrónico javierooo9987@gmail.com

Educación Plástica

Durante estas semanas en las actividades de ampliación, terminaremos, si nos falta alguna de las propuestas por acabar, con las técnicas secas, lápices de grafito, de colores y rotuladores. Terminadas y entregadas en el corcho del aula y en la tarea correspondiente que se colgará durante la próxima semana, comenzaremos con las técnicas húmedas, témperas, viendo un poco las unidades de color del libro de texto.

Los alumnos que tengan algún trabajo del curso pendiente de entrega, continuarán poniéndose al día con ellos, pudiendo preguntar todas las dudas durante las videoconferencias o a través de los mensajes en el aula virtual.

Tienen el enlace a la llamada en el curso de plástica de 3º ESO del aula virtual y éstas seguirán realizándose en el horario habitual de clases.



Deben consultar siempre las actualizaciones que se van poniendo en el aula virtual de esta materia, donde aparece toda la información acerca de todas las actividades del curso.

Cultura Clásica

1. Comunicación co alumnado a través da Aula virtual, videoconferencia e/ou correo electrónico.
2. Tarefas:

Actividades de repaso de mitoloxía e sociedade: unha actividade para cada sesión.

Temas de actualidade relacionados coa civilización clásica (etimoloxías, paralelismos sociais e históricos...) que se irán subindo á Aula virtual ao fío da actualidade.

Os alumnos achegarán as súas actividades, preferentemente, á Aula virtual no correspondente enlace de tarefa. A data límite de entrega é o xoves de cada semana e as solucións publícanse o venres. As actividades entregadas fora de prazo non se cualificarán.