

## TRABAJO EN CASA. NOVIEMBRE

**Prepara** la prueba, sobre los contenidos teóricos vistos en clase en septiembre y octubre, [Examen 1ª Evaluación bach.pdf](#)

Para ello repasa los contenidos que encontrarás en el apartado de tu curso, de la página web del departamento de Educación Física y Deportiva sobre:

- Calentamiento

- Condición física, componentes

- Ejercicios de estiramientos

- Flexibilidad

- Principios del entrenamiento

- Resistencia (cuestiones generales, beneficios y sistemas de entrenamiento).

El contenido sobre Bádminton te recuerdo que lo puedes encontrar en el apartado "**Documentos**" de la página web del departamento de Educación Física y Deportiva. Este apartado está hacia el final de la página.