

DIRECCIONES EN INTERNET.

Nuestro Instituto tiene una **Moodle** (un entorno virtual con clases, aulas, sala de profesores, punto de encuentro) para seguir las enseñanzas no presenciales) que vamos a utilizar para los trabajos de recuperación de este verano (curso 2019-2020):

<https://educacionadistancia.juntadeandalucia.es/centros/jaen/login/index.php>

Entra con tu identificación de iPasen (usuario y contraseña), abre el aula de Educación Física y realiza y entrega la actividad que se te ha pedido.

Nuestro Instituto también tiene una página web donde informarte de plazos, matrículas, becas, etc su dirección:

<http://www.xn--iesnuestraseoradealharilla-src.com/>

Descansa unos días (5-6) , después diseña un horario de trabajo, la actividad física debes de realizarla en las horas de menos calor (por la mañana temprano o a última hora de la tarde y dejando 3 horas desde la última comida fuerte). **Lleva un diario** de tus entrenos, refleja el entrenamiento, sensaciones, pulsaciones al acabar y después de pasados 1 minuto y todo lo que consideres pertinente. **Refléjalo en un archivo doc** (con un procesador de texto) y **entrégalo en plazo en la Moodle del instituto**. Si tienes dudas mi correo de trabajo:

pablobulco@gmail.com

Porcuna 26 de Junio de 2020.