

EES N°2

Recordá:

NO PODRÍAMOS HACER TODOS LOS EJERCICIOS Y ACTIVIDADES QUE
HICIMOS HASTA AHORA Y LOS QUE VENDRÁN SINO TUVIÉRAMOS EL
APARATO LOCOMOTOR

Antes de completar relacioná todo lo que estuvimos trabajando durante
estas clases

Y SI TODAVÍA PENSÁS QUE HAY QUE REFRESCAR IDEAS... REVISÁ EL ARCHIVO: "SISTEMA LOCOMOTOR"

Ahora sí a trabajar!!!!



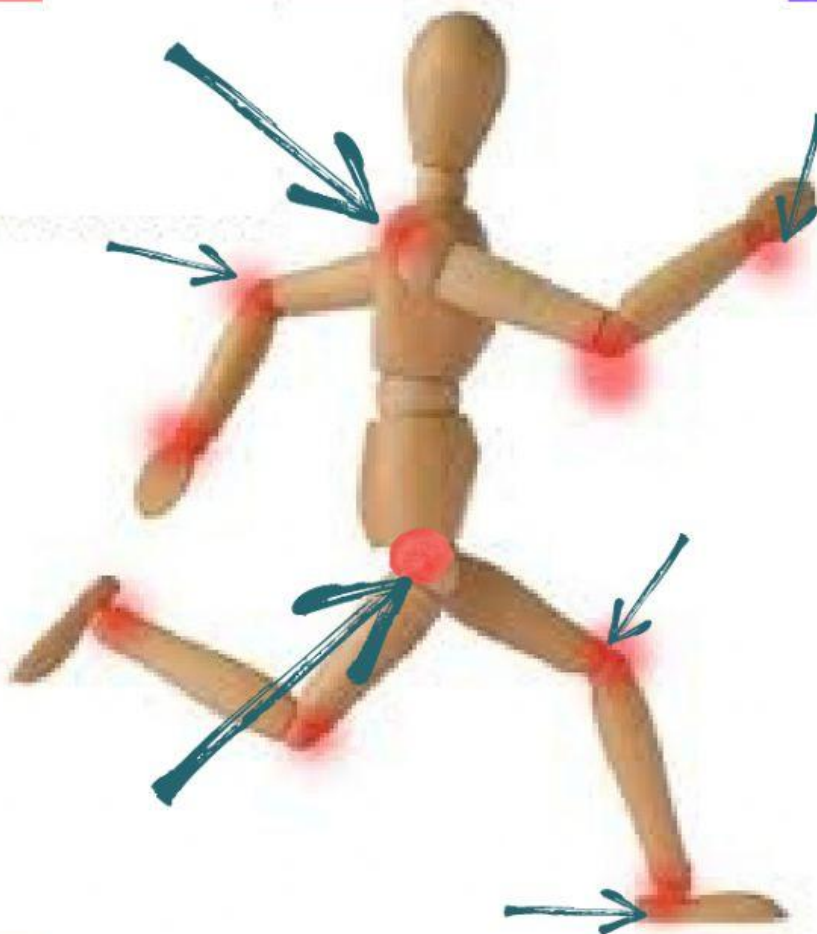
1

**ARRASTRA EL NOMBRE DE LAS ARTICULACIONES QUE MOVILIZAMOS EN
CLASE**

Tobillo

Cadera

Rodilla



Hombro

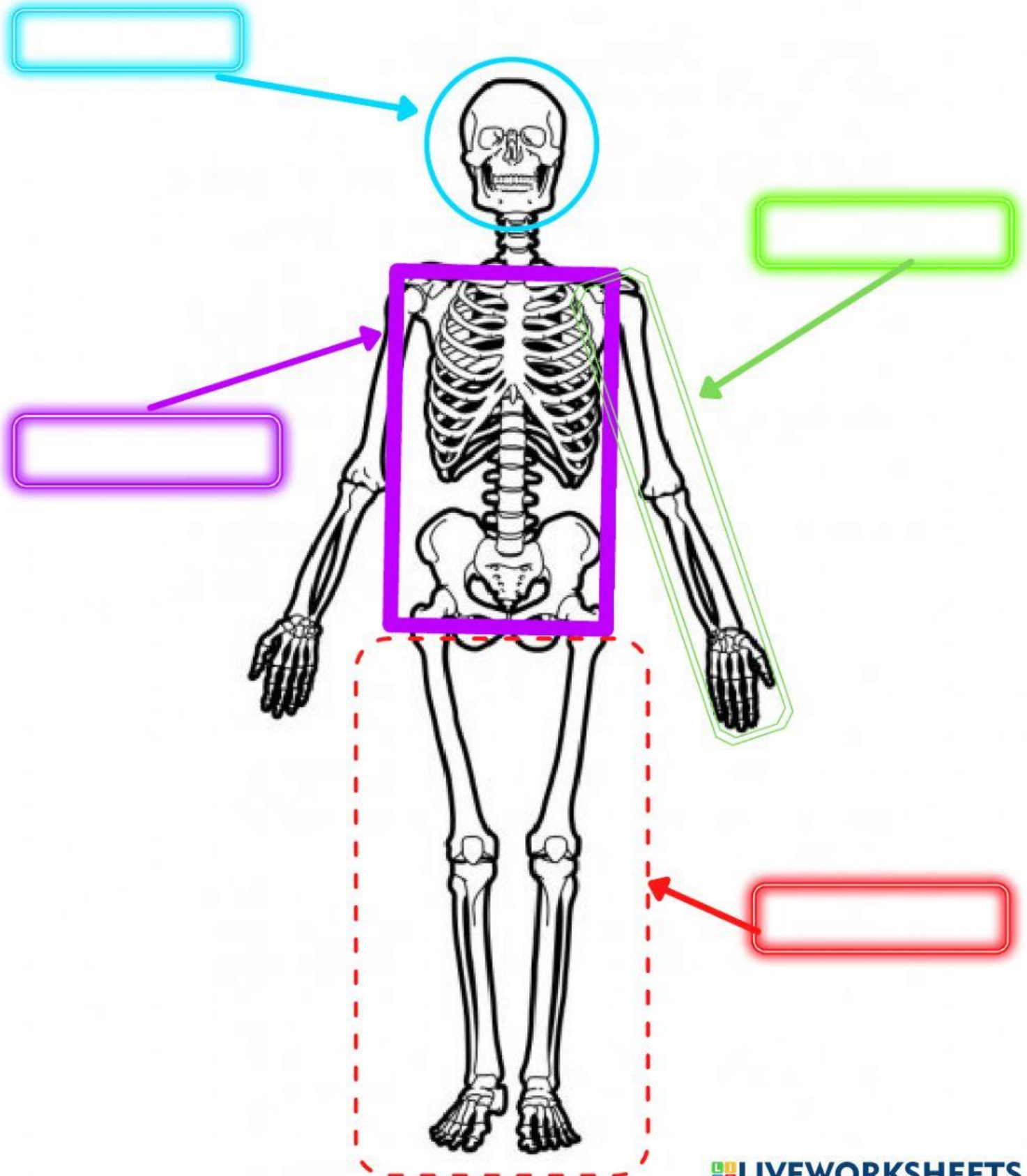
Codo

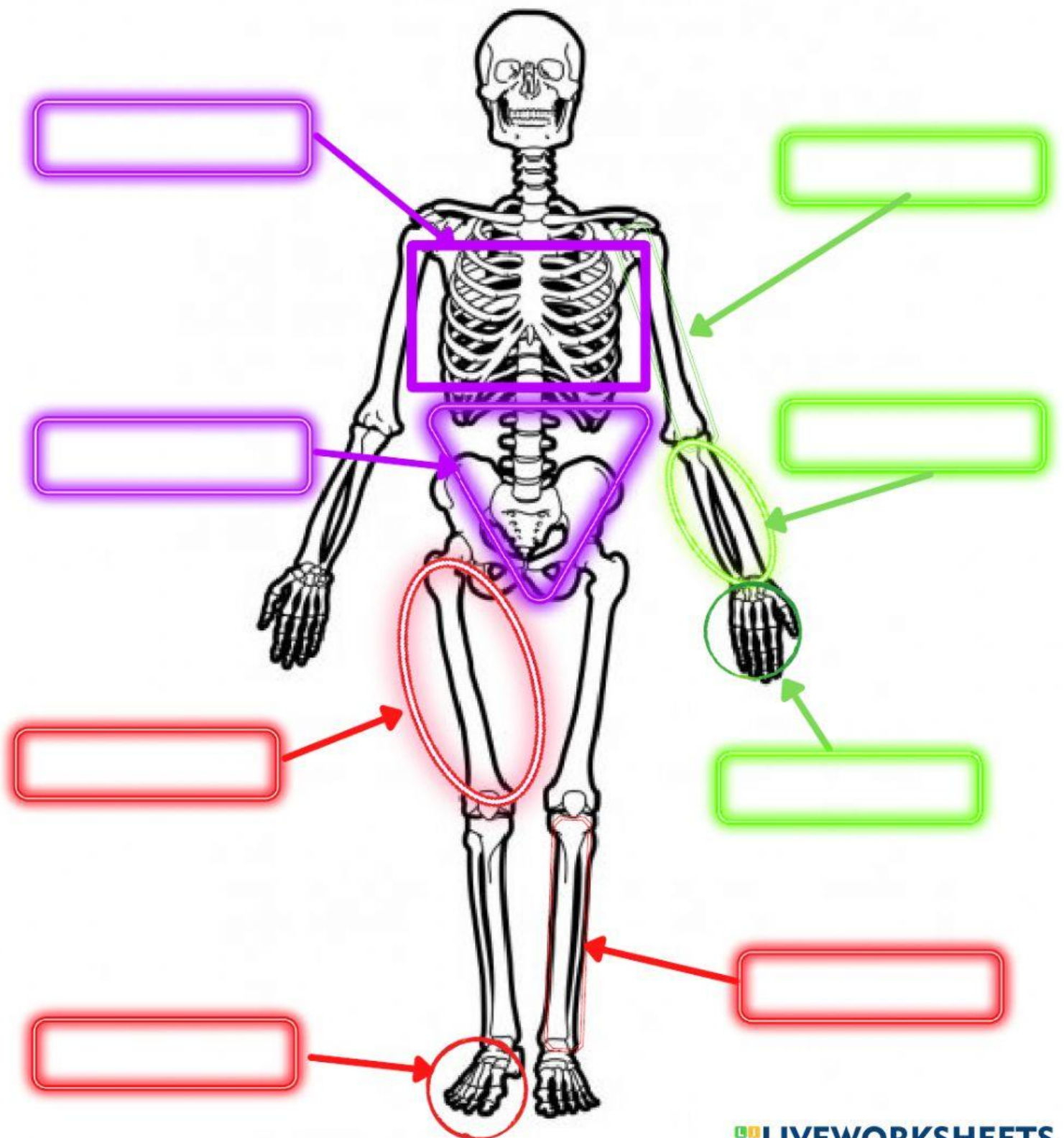
Muñeca

ACORDATE QUE SABER CÓMO ESTÁ DIVIDIDO EL CUERPO TE VA AYUDAR PARA EL CONOCIMIENTO DE TU CUERPO Y LAS POSIBILIDADES DE MOVIMIENTO

2

ELEGÍ LA OPCIÓN CORRECTA SEGÚN SEA COMO SE LLAME ESA REGIÓN DEL CUERPO





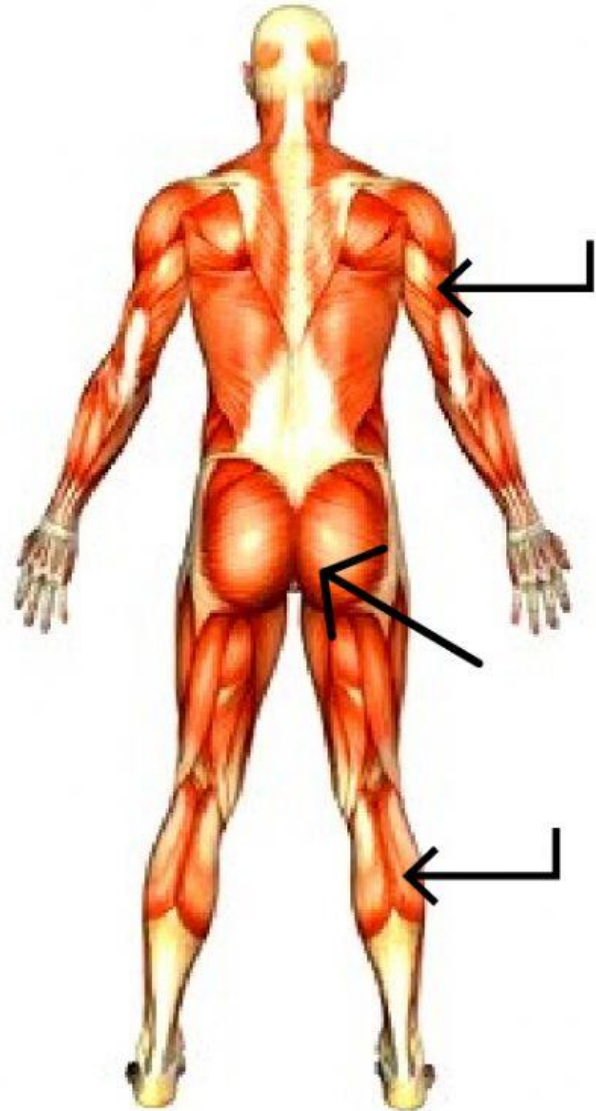
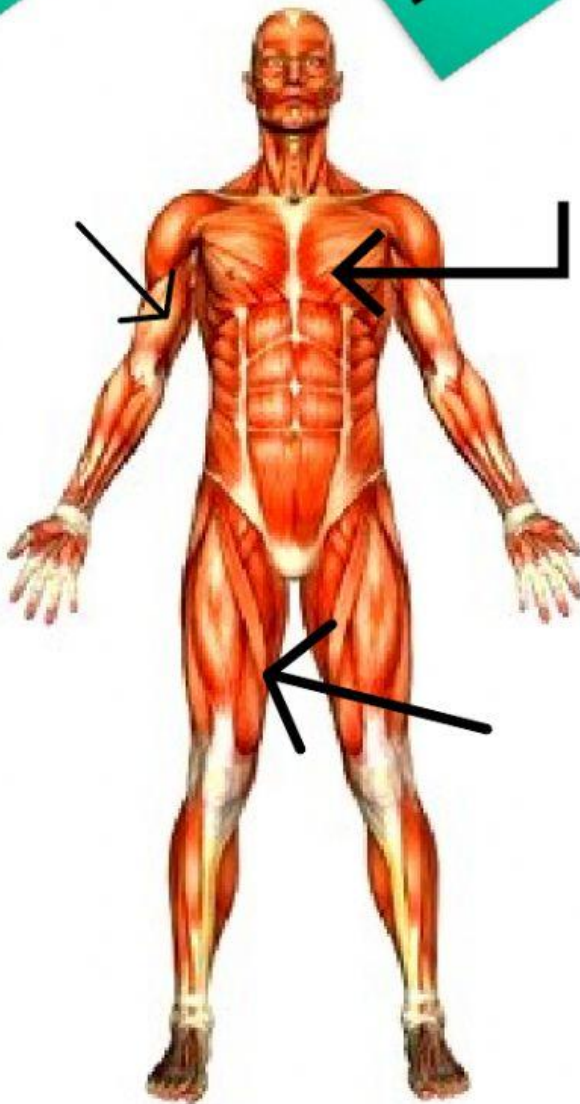
3

ARRASTRA EL NOMBRE DE LOS GRUPOS MUSCULARES QUE TRABAJAMOS EN CLASE

BÍCEPS

PECTORALES

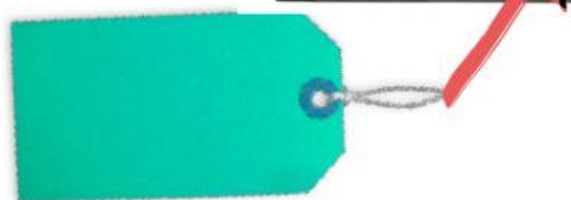
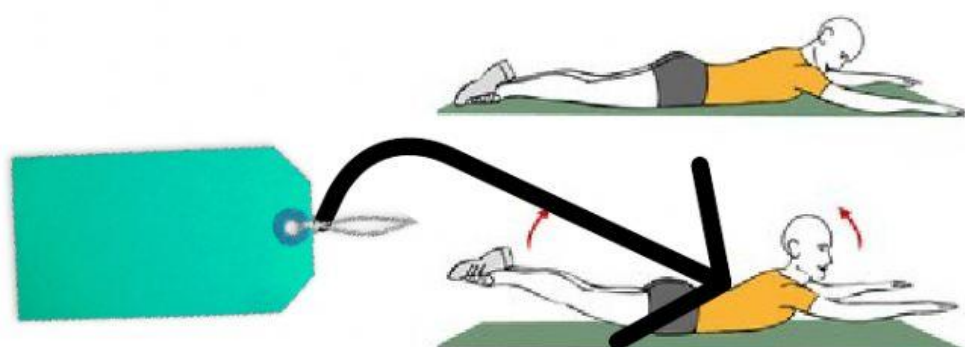
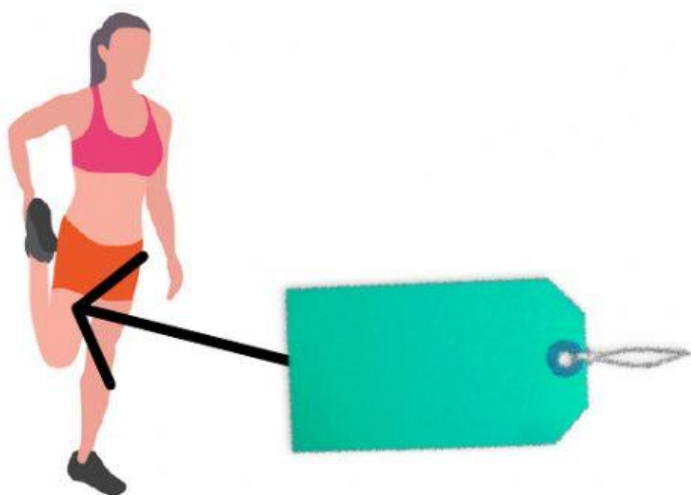
GEMELOS



GLÚTEOS

ADUCTORES

TRICEPS



ESPINALES

CUADRICEPS

ISQUIOTIBIALES

ABDOMINALES

