Reforzamiento de educación física

Nombre y apellido: _____

Grado: _____

1.Seleccione con una flecha las opciones correctas de acuerdo a cada una de las oraciones.

1. permite el máximo recorrido de las articulaciones gracias a la elasticidad y extensibilidad del músculo.
2. es de recorrer una cierta distancia en un mínimo de tiempo
3. es la capacidad de repetir y aguantar durante largo tiempo un esfuerzo de intensidad bastante elevada
4. consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia, es una capacidad fácil de mejorar
5. Es la de fomentar en los estudiantes el cuidado de la salud y la condición física, así Cómo dar a conocer los principios fundamentales de distintas disciplinas deportivas, y la habilidad para iniciar prácticas deportivas.
6. Es el desarrollo de las cualidades físicas mediante el ejercicio, para obtener un estado un estado general saludable donde se puede realizar ejercicios cardiovasculares, equilibrio y de coordinación.

1.Fuerza

2. Velocidad

3.Flexibilidad

4. Educación física

5.Acondicionamiento físico

6.Resistencia

LIVEWORKSHEETS