

¡CONOCIENDO LA RESISTENCIA AERÓBICA!

Tema 1. Desarrollo de la Resistencia Aeróbica.

La resistencia aeróbica es la capacidad que tiene el organismo de soportar un esfuerzo físico de media o baja intensidad durante un largo período de tiempo.

INSTRUCCIONES: Busca en la sopa de letras las palabras relacionadas con resistencia aeróbica que se presentan a continuación. Luego de haber finalizado la actividad haz clic en la opción “terminado”, introduce los datos que te pide a continuación y luego haz clic en la opción “enviar”, por favor enviar la información una sola vez.



CAMINAR

TROTAR

EJERCICIOS

ESFUERZO

Q	C	A	M	I	N	A	R	Z	L
W	X	C	V	B	N	M	Q	W	K
E	R	Y	U	I	O	P	A	S	J
R	F	T	R	O	T	A	R	D	H
T	G	H	J	K	L	Z	X	C	G
Y	V	B	N	M	Q	W	E	R	F
E	J	E	R	C	I	C	I	O	S
U	T	Y	U	I	O	P	A	S	D
I	D	F	G	H	J	K	L	Z	A
O	E	S	F	U	E	R	Z	O	P



EDUCACIÓN FÍSICA