

Relaciona las siguientes características con la etapa de la vida a la que pertenecen:

- | | |
|----------------|---|
| Infancia • | • Tenemos dientes de leche. |
| Adolescencia • | • El cuerpo está preparado para tener hijos. |
| Edad adulta • | • Es la etapa en que más crecemos. |
| Ancianidad • | • Perdemos gran parte de la agilidad. |
| | • Se empieza a apreciar la diferencia física entre sexos. |

De las siguientes frases sobre el ejercicio físico, indica cuáles son verdaderas o falsas.

Ayuda a relajarse y dormir bien.

Fortalece los huesos y los músculos.

Hace que seamos menos fuertes.

Aumenta la elasticidad y la resistencia.