QUÈ EN SAPS SOBRE...

Omple els espais buits amb les paraules que tens a sota.

Les Qualitats Físiques Bàsiques

- Fer botar una ..... amb la mà hàbil pot ser ..... Però fer-la botar amb l'altra mà et resultarà una mica més difícil. També els moviments d'una karateka han de ser ..... i ajustats.

- Per poder fer tot això necessitem tenir una bona ..... Aquesta és una qualitat del nostre organisme que ens permet realitzar els ..... de manera precisa i ....., sense equivocar-nos.

El consell: ***Per millorar la teva coordinació,*** ..... ***i practica esports diferents. No et*** ..... ***només a un.***

PILOTA **PRECISOS** **LIMITS** **APRÈN** **FÀCIL** **CORRECTA** **COORDINACIÓ** **MOVIMENTS**

Aquest qualitat és: ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐