



**UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR
"CIUDAD DE FILADELFIA"**

Nombre: _____

Fecha: 19/07/2021

Materia: Cultura Física

Curso: 5to. EGB

COLOCAR UNA X A LA RESPUESTA CORRECTA:

1. Los ejercicios aeróbicos ofrecen los siguientes beneficios.

- a) Caminar
- b) Mejorar el peso corporal
- c) Trotar

2. Entre los ejercicios aeróbicos tenemos.

- a) Bailar
- b) Eliminar el acceso a la grasa corporal
- c) Eliminar el estrés