



RELACIONA LAS COLUMNAS

Educación Física



Instrucciones: Une cada concepto de la Columna A con la definición correcta de la Columna B.

COLUMNA A

1. Resistencia
2. Fuerza
3. Velocidad
4. Flexibilidad
5. Coordinación
6. Equilibrio
7. Agilidad
8. Calentamiento
9. Vuelta a la calma
10. Hidratación
11. Postura
12. Deporte
13. Reglas
14. Trabajo en equipo
15. Juego limpio



COLUMNA B

- A. Capacidad de mover una articulación con amplitud.
- B. Capacidad de mantener un esfuerzo durante el mayor tiempo posible.
- C. Conjunto de normas que regulan la práctica deportiva para garantizar el orden y la seguridad.
- D. Capacidad de realizar movimientos en el menor tiempo posible.
- E. Capacidad de mantener el cuerpo en una posición sin caerse.
- F. Actividad física realizada para mejorar la condición física y la salud.
- G. Capacidad de cambiar de dirección rápidamente ante un estímulo.
- H. Actividades realizadas al finalizar el ejercicio para recuperar gradualmente el cuerpo.
- I. Capacidad de realizar movimientos precisos de forma eficiente.
- J. Beber líquidos antes, durante y después del ejercicio para reponer los líquidos perdidos.
- K. Mantener una posición correcta del cuerpo al estar de pie, sentarse o moverse.
- L. Conjunto de actividades físicas con carácter competitivo o recreativo.
- M. Capacidad de colaborar con otros para alcanzar un objetivo común.
- N. Actuar con honestidad, respeto y justicia en la práctica deportiva.
- O. Capacidad de ejercer tensión muscular para vencer una resistencia.

RESPUESTAS



1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15.



¡Consejo! Lee atentamente cada definición y piensa cuál concepto se relaciona mejor.