

Nombre de la Institución: Escuela de Fruticultura y Enología.

Docente: Mabel García

Año: cuarto –1ra-2da-3ra-4ta. Ciclo: Orientado

Turno: mañana y tarde

Área Curricular: Educación física

Título de la propuesta: Repaso

Desarrollo de actividades

Hola chicas! Ésta guía será para repasar todo lo visto hasta ahora. Tendrán que responder un cuestionario y enviármelo a mí correo para que les haga la devolución.

Guía 5: Resistencia Aeróbica

1-¿Qué es la resistencia aeróbica?

2-¿Cuáles son los beneficios de la resistencia aeróbica?

3-Nombre actividades para desarrollar la resistencia aeróbica.

Docente Responsable: Mabel García

Guía 6:Fuerza

1-¿Qué es la fuerza?

2-Nombre las diferentes formas de contracción muscular.

3- Nombre ejercicios o actividades de fuerza.

Guía 7: velocidad

1-¿Qué es la velocidad?

2-¿Qué es la velocidad pura?

3- Nombre tres ejercicios o actividades de velocidad.

Escuela de Fruticultura y Enología
Año:4to Área curricular: Educación Física

Mi correo: mabelgarciapintora@gmail.com

Directivo a cargo de la institución: Enólogo Sergio Montero

Docente Responsable: Mabel García