

Trabajo práctico segunda cuarentena

Educación física

Profesora: bereciartua victoria

4to 2da

1) ¿Cuál es el concepto de capacidades condicionales?

2) explicar cada una de ellas.

3) citar ejemplos de entrenamiento o ejercicios en la que se refleje el uso de cada capacidad.

4) elegir una capacidad que considere apta para realizar en casa y ejercitarla al menos 3 veces por semana con una duración mín de 15 min de trabajo. Explicar los ejercicios o realizar un pequeño video de lo trabajado.



Conteo de
palabras



Mostrar
directorio



Vista de
teléfono



Editar