

Educación física

Profesora Bereciartua victoria

6to 1era y 6to 2da

Trabajo práctico 2da cuarentena!

- 1) en la primer semana realizar los ejercicios del video, al menos 3 veces por semana y 3 repeticiones cada vez q se realice con 2 minuto de pausa entre cada repeticion.
- 2) en la segunda semana realizar una síntesis del videos través de la experiencia propia. Reconocer que músculos fueron losq más trabajaron. Nombrar al menos 4 musculos y explicar y dibujar dónde se encuentran ubicados
- 3) explicar q capacidad condicional se está trabajando