

Educación Física 5º B

Prof. Pablo Lori

Fecha límite de entrega: miércoles 25 de marzo

Forma de entrega: al mail pablo.lori@yahoo.com.ar (en el asunto deben escribir nombre, año y materia, x ejemplo: OSCAR RODRIGUEZ ED FISICA 2A)

1. Con tus palabras ¿Qué entendès por realizar actividad física?
2. ¿Cuàles creès que son los beneficios de realizar actividad fisica?
3. ¿Realizàs actividad física? Si la respuesta es si, desarrollà características principales de la actividad que haces; si la respuesta es negativa, desarrollà brevemente porquè no realizas, si te gustaria realizar, etc
4. ¿Qué entendès por elasticidad muscular?
5. ¿Cuáles son los beneficios de tener elasticidad muscular?
6. ¿Cómo se puede mejorar la elasticidad muscular?