****

**Instituto “Nuestra Señora del Huerto” N.º 8070 – Orán**

**Lema: “Caminemos juntos compartiendo nuestro fuego”**

**Área: Educación Física– Profesora: Lorena Quispe**

**3er año¨”A” – “B” del C.O.**

**TRABAJO PRÁCTICO N°2**

**CAPACIDADES FÍSICAS**

**Apellido……………….. Nombre…………….. curso…….. sección……..**

Habiendo realizado la lectura completa del material brindado de las capacidades físicas .

1. Describe y muestra mediante foto o imágenes 5 ejercicios para cada capacidad física, y explica que zona corporal se estaría trabajando.
2. De acuerdo a tu experiencia en la Actividad física (educación física, gimnasio, spining, pilates,etc) que capacidad física es la que mas te gusta y por qué?
3. De acuerdo a tu actividad física (que puede ser nula, mediana o alta) en esta cuarentena, ¿qué capacidad física desearías trabajar más según tu criterio? ¿Y por qué?
4. Tenes alguna enfermedad, imposibilidad, patología o algo que te impida realizar actividad física desde tu casa? En el caso que tengas explicar.
5. El trabajo debe ser presentado en este formato Word con letra arial número 12, colocando Apellido, Nombre, curso y sección si quieres puedes responder debajo de las preguntas en este mismo archivo.
6. La fecha limite de entrega es el día 24 de abril a hs 18:00

DESARROLLO