



Centro Educacional de Adultos El Monte
RBD 16.857-2
www.escueladeadultoselmonte.cl
E-mail: contactoelmonte@gmail.com
942294704

Danilo Ibarra G. Profesor de Educación Física

CURSOS: Segundos A, B

TRABAJO PRÁCTICO DE EDUCACIÓN FÍSICA

GUÍA DE TRABAJO		
Nombre:	Curso: Segundos A,B	Guía Nº 2
Fecha de Entrega: Mayo 2020	Formato de entrega: Debe ser entregado en formato digital o resuelto en una hoja, al correo: daniloprofe@gmail.com	
Unidad: Actividad física y salud	OA: Investigar la cantidad de huesos que tiene el cuerpo humano.	

TEMAS PARA SU INVESTIGACIÓN

- 1- Cuántos huesos hay en el cuerpo humano, ¿cómo se clasifican? Dar ejemplo de cada uno.
- 2- Averiguar el significado de resistencia aeróbica y de resistencia anaeróbica. Explicar con sus palabras y marque la diferencias entre ellas.
- 3- Buscar el significado de Flexibilidad y de Elongación, marcar las diferencias y los beneficios de cada una.