



I.P.E.T. N 249 “Nicolás Copérnico”

TRABAJO PRÁCTICO EDUCACIÓN FÍSICA

APELLIDO Y NOMBRE: _____

CURSO Y DIVISION: PRIMERO

DOCENTE: _____

EJE TEMATICO: ESQUEMA CORPORAL

- No concurrir a lugares públicos cerrados ni reuniones con amigos
- Mantenerse hidratado
- Dormir lo suficiente
- Entrenar en casa
- Consumir frutas y vitamina C
- No compartir botellas
- Desinfectar las zapatillas y lavar la ropa utilizada durante el entrenamiento
- Evitar tocarnos la cara
- Lavarse las manos con abundante agua y jabón
- Entrenar al aire libre (al sol) por sobre los gimnasios cerrados

1 – Dibuje una figura humana y nombre sus partes.

2 – Nombre los principales músculos, huesos y articulaciones.

3 – Que tipos de Capacidades Motoras conoce?

4 – Nombre los beneficios de la actividad física.