

9th February, 2021

Scribe

OBJETIVO

Reconocer las capacidades físicas básicas y coordinativas

Temas

-velocidad (Pruebas, llevar registro)

capacidades coordinativas

coordinación dinámica

general coordinación

semestaria

coordinación aplicada en juegos

Tarea

practicar la secuencia vista en clase para presentarla en 8 días

23 de Febrero 2021

Velocidad

la velocidad es la capacidad Física que permite realizar un movimiento en el menor tiempo posible



taleda

consultar que es coordinación & Bolitas de pares de medias

la coordinación

la coordinación muscular o motora es la capacidad que tiene los músculos esqueleto del cuerpo de sincronizarse bajo parámetros de trayectoria y movimiento... es decir la coordinación completamente a las capacidades físicas básicas para hacer de los movimientos gestos deportivos



saltando lazo

Tarea



Scribe

Diagrama de Pasos

izquierda

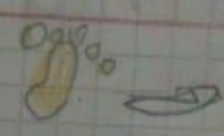
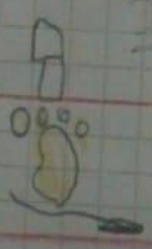
derecha



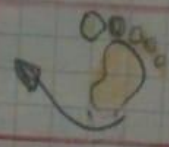
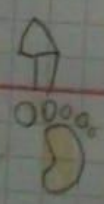
1



3



2



4

4

