

**INSTITUCION:** Abi María Florencia Ortega, EES N° 3

**ASIGNATURA:** ...Educación Física.....

**CURSOS:** 1° y 2° AÑO. División: todas

**PROFESORES:** ...de Elcoro, Eduviges /Aguirre , Lorena

**Secuencia didáctica N°1**

**GLOSARIO DE LA EDUCACION FISICA**

**Bibliografía:**

Revista Española de **Educación Física** y Deportes, 3 (1),. 23-30. Álvarez, E. (1993).

- 1- Qué es la actividad física?
- 2- Qué actividad física realizas actualmente?
- 3- Qué hábitos de higienes tenes incorporado a tu rutina?
- 4- Cuáles son tus hábitos alimenticios?
- 5- Cuál es el significado de desplazamiento?
- 6- Qué entiendes por alimentación saludable?
- 7- Qué tipo de desplazamiento conoces?
- 8- Qué es equilibrio?
- 9- Qué es flexibilidad?
- 10- Qué es frecuencia cardíaca? 11- Definir que es la expresión matriz
- 12- Qué es un acervo motor?
- 13- Qué es un deporte?
- 14- Qué es expresión corporal? 15- Definición de fuerza
- 16- Definición de habilidad
- 17- Qué es la gimnasia?
- 18- Qué es un juego?
- 19- Qué es una resistencia?
- 20- Qué se denomina como velocidad?
- 21- Podrías dar una conclusión final con tus palabras, porque es importante la educación física? Y que aportes podrías brindar desde tu casa, o sea algunas actividades en esta cuarentena.