



EVALUACIÓN DE ED. FÍSICA

CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS: FUERZA

NOMBRE: _____ CURSO: _____



¿Qué es la fuerza?



2. Tipos de fuerza que existen aplicados a la educación física.



3. Mencione y describa tres ejercicios de fuerza para tren superior y tren inferior.



4. ¿Qué es fuerza máxima?



5. ¿Qué significa fuerza resistencia y beneficios?



CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Presentar el trabajo práctico el día 13 de junio hasta las 17hs. El mismo se debe enviar a través de la plataforma NODOS.
- Presentar en archivo PDF, con letra Arial 12, interlineado 1,5.
- Debe tener caratula y datos del alumno.
- Se evaluará prolijidad y presentación.