


ACTIVIDAD FÍSICA III
CAPACIDADES FÍSICAS
MTRO. JONATHAN MENESES GHENNO
PERIODO JULIO-DICIEMBRE 2017



BACHILLERATO CD. SAHAGÚN

Abstract

Mental map of physical capacities and their classification: conditional and coordinating.

Keywords:

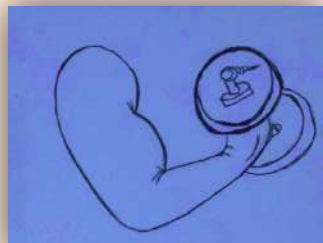
Physical abilities, coordination, conditional, genetics, development.

Resumen:

Mapa mental de las Capacidades Físicas y su clasificación: condicionales y coordinativas.

Palabras clave:

Capacidades físicas, coordinación, condicional, genética, desarrollo.



Fuerza

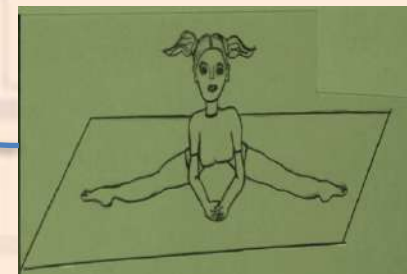


Velocidad

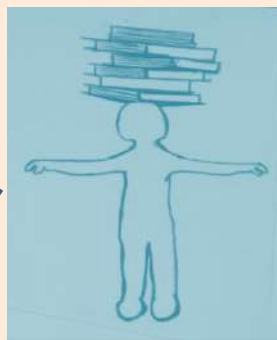
Capacidades Físicas
Condicionales



Resistencia



Flexibilidad



Adaptación

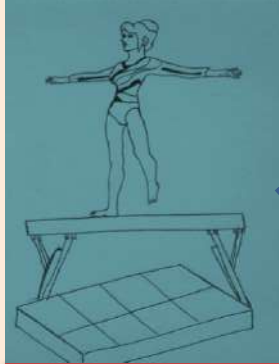


Ritmo

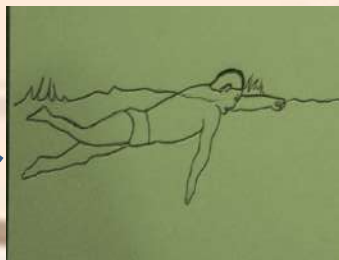


Reacción

Capacidades Físicas Coordinativas



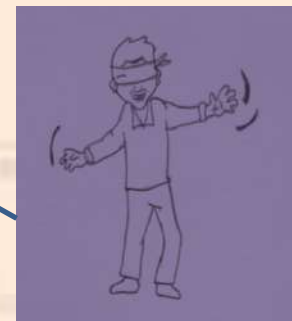
Equilibrio



Sincronización



Diferenciación



Orientación

BIBLIOGRAFÍA

- UAEH (2015) Manual de trabajo de Actividad Física.
- Serra Majem, Lluís, Aranceta Bartrina, Javier & Pérez Rodrigo, Carmen (2006) Actividad física y salud, Elsevier España.
- Devís Devís, José (2010) Actividad Física Deporte y Salud, Ed. Inde.
- Imágenes. Espinoza Martínez, Esmeralda Ivonne (2015).