

Nombre: Grado: Fecha:

Pareo. Escribe la letra correspondiente al lado de la columna A

Columna A

- ☐ 1. Flexibilidad
- ☐ 2. Resistencia Cardiorrespiratoria
- ☐ 3. Composición Corporal
- ☐ 4. Resistencia Muscular
- ☐ 5. Fuerza Muscular

Columna B

- A. Relación entre el Peso y Estatura.
- B. Resistir por largo periodo de fuerza.
- C. Estirar un musculo a mayor amplitud.
- D. Resistir una actividad fisica por largo periodo.
- E. Fuerza que se realiza para poder levantar o lanzar un objeto.

Observa los dibujos e identifica los componentes de la Aptitud fisica























