

E.E.S.T. N°1- CONTINUIDAD PEDAGÓGICA-
EDUCACIÓN FÍSICA

Actividad N°12: “Capacidades Coordinativas”

Fecha límite de entrega: 19/10/2020

¡¡Hola chicos!!

 **Además de las capacidades Condicionales existen otro tipo de capacidades físicas, que son las “Capacidades Coordinativas”. Están relacionadas con el Sistema Nervioso Central y son aquellas que permiten a la persona realizar un movimiento de manera precisa, eficaz y económica.**

ACTIVIDAD:

Ver video y contestar: <https://youtu.be/Q5kqKaVxiEM>

- 1- ¿Qué son las Capacidades Coordinativas?
- 2- Nombrar cada una de las Capacidades Coordinativas y definir las.
- 3- Buscar un ejemplo de cada una de ellas, relacionado con un movimiento o gesto técnico deportivo.
- 4- ¿Para qué sirven las Capacidades Coordinativas?.
- 5- **Investigar**: ¿A qué edad es conveniente trabajar las Capacidades Coordinativas? ¿Y por qué?.

Recuerden:

- ✓ Las actividades deben ser guardadas en una carpeta en formato papel.
- ✓ Enviar las actividades de manera clara y prolija, por mail o por WhatsApp.
- ✓ Siguen enviando las actividades que aún no entregaron.

 Cualquier consulta enviar al Mail o WhatsApp.

Prof. Laureano Di Grazia Celular: 336 464-5223

Mail: laureanodigrazia@hotmail.com.ar

Prof. Sebastián Fornillo Celular: 336 439-4925

Mail: sebafornillo@hotmail.com

Prof: Carolina Frigerio Celular: 336 430-2989

Mail: canofrigerio@gmail.com

Prof: Valeria Pellegrini Celular: 336 467-9749

Mail: vale_pele@hotmail.es

Bueno chicos saludos y a cuidarse mucho!!