



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
NM2

Unidad 1:

“Entrenamiento de la Condición Física”.

Guía N° 6: Evaluación Formativa Condición Física

Objetivos:

- Practicar unas series de ejercicios físicos.
- Analizar y aplicar conocimiento sobre la condición física.

Actividad N° 6

1. Mantén una rutina activa.
2. Realizar evaluación Formativa, en el siguiente link.

Sabías que...
Los músculos más rápidos en el cuerpo humano son los que hacen que los ojos parpadeen. Pueden contraerse en menos de una centésima de segundo.



Link Evaluación Formativa Condición Física:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfqAZDkINC96iHEo2FkN8OpBtd9mfq9RMNO9sEhWNbtq9EH_w/vi/ewform?usp=sf_link

Visita nuestro Instagram @educacionfi