

Educación Física y salud 8° básico / Unidad 1 / OA3 / Actividad 2

Fuerza

Los alumnos se desplazan como focas sobre una hilera de colchonetas; es decir, arrastran el tren inferior solamente con la acción de los brazos. Luego responden preguntas como ¿qué músculos y articulaciones estuvieron involucrados en el movimiento?, ¿qué tipo de ejercicio es?, ¿qué tipo de resistencia o fuerza exige?

© Ciencias Naturales OA 5 de 8° Básico

