

## CPEM N°46

2do Trabajo Practico Final de Educación física 4to año 26/10/20

Profesores : Carballo Alejandra  
Sánchez Gallardo Jose

E-mail: [c46.educacionfisica4to@gmail.com](mailto:c46.educacionfisica4to@gmail.com)

Entrega 30/10/20

1) En las siguientes imágenes deportivas debes nombrar 5(cinco) músculos que intervienen en la ejecución que están realizando y describirlos.

a)



b)



2) Teniendo en cuenta la importancia de la Educación Física y su aplicación para una vida saludable desarrolle las siguientes enfermedades contestando ¿Qué es? ¿Cuales son sus causas? ¿Qué efectos produce en nuestro cuerpo? ¿Cómo puede prevenirse?

Enfermedades: OBESIDAD , DIABETES, OSTEOPOROSIS.

Bibliografía sugerida:

- Márquez Rosa, S., & Garatachea Vallejo,, N. (2009). *Actividad física y salud* (Capitulo 1: Salud y efectos beneficiosos de la actividad física. Páginas 1 - 12). Madrid: Ediciones Díaz de Santos, S.A.
- Pérez Feito, J., Delgado López, D., & Núñez Vivas, A. (2013). *Fundamentos TEÓRICOS de la EDUCACIÓN FÍSICA Fundamentos TEÓRICOS de la EDUCACIÓN FÍSICA* (2nd ed.). Alpedrete (Madrid): Pila Teleña.