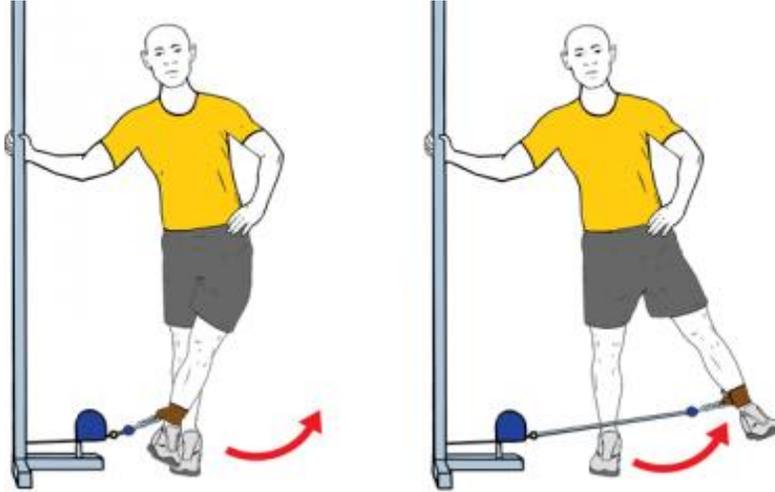


4. De acuerdo a lo señalado en el punto n°1, indica en este ejercicio que plano, eje estarían actuando, que movimientos son y la articulación que trabaja.



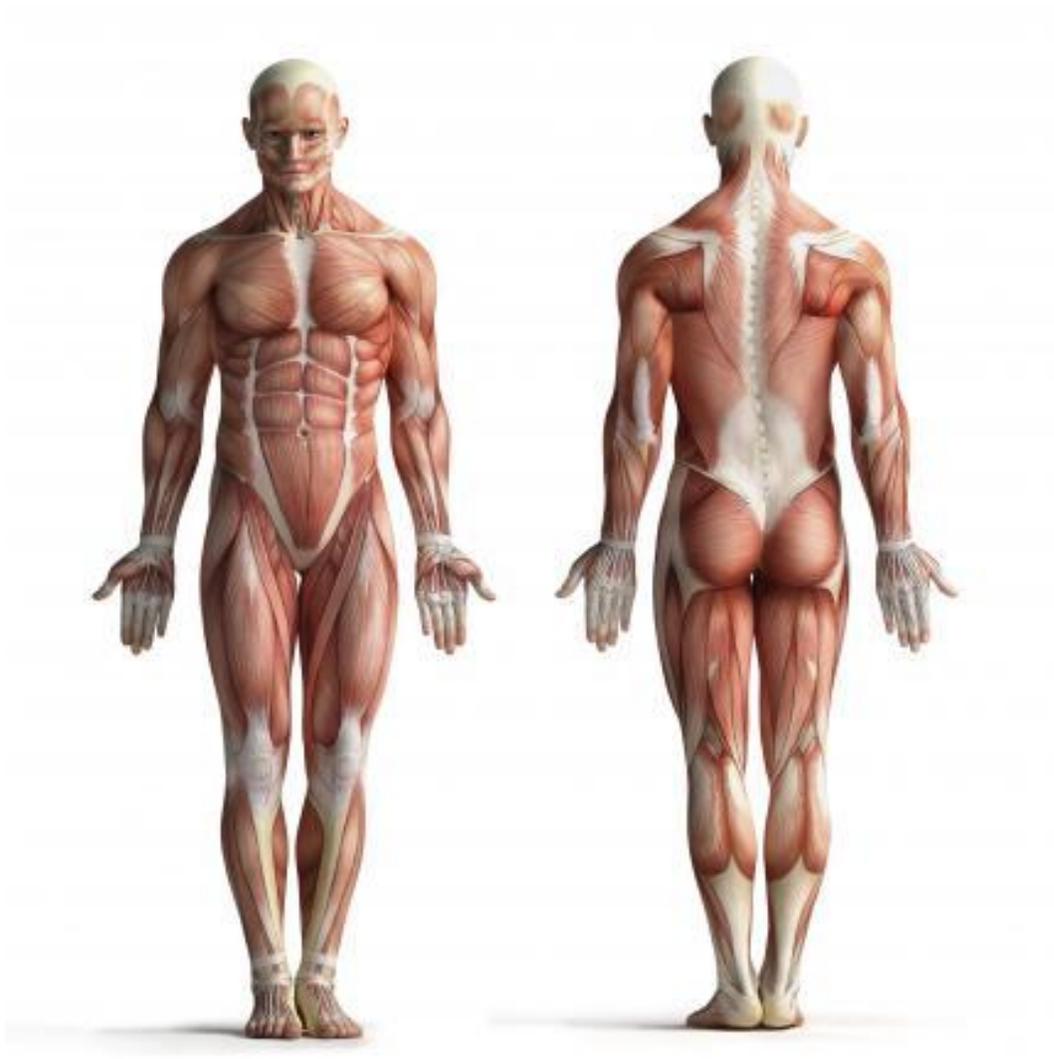
CURSO: 5° A/B

Plazo de entrega: viernes 27/03

CLASE CORRESPONDIENTE AL DIA JUEVES 19 DE MARZO 2020

TEMA: Sistema Muscular

1. Marca en la imagen lo siguientes músculos: **(Solo este punto se entregará el día que retomemos las clases presenciales en formato papel).**



- | | | |
|--------------------|----------------|---------------|
| a. Recto abdominal | f. Bíceps | k. Glúteos |
| b. Oblicuos | g. Tríceps | l. Cuádriceps |
| c. Trapecios | h. Dorsales | m. Gemelos |
| d. Pectorales | i. Psoas mayor | n. Soleo |
| e. Deltoides | j. Sartorio | |

2. ¿Qué son los tendones y cuál es su función?
3. Señala en el ejercicio planteado por la imagen lo siguiente:



- a) Plano y eje que corresponde
- b) Movimiento que está realizando
- c) Articulación que actúa
- d) Músculos involucrados (nombra al menos dos)

4. Busca un ejercicio y plantea su análisis como en el punto 3.

CURSO: 5° A/B

Plazo de entrega: lunes30/03

CLASE CORRESPONDIENTE AL DIA JUEVES 26 DE MARZO 2020

TEMA: Sistema Muscular. El Corazón

1. ¿El corazón es un musculo de que tipo?
2. A que hacemos referencia con el termino de Frecuencia Cardiaca.
3. ¿Dónde se pueden percibir las pulsaciones, por medio de que arterias?
4. ¿La FC (Frecuencia Cardiaca) en reposo y en ejercicio como varían?

5. Explica brevemente los métodos para medir nuestra FC.