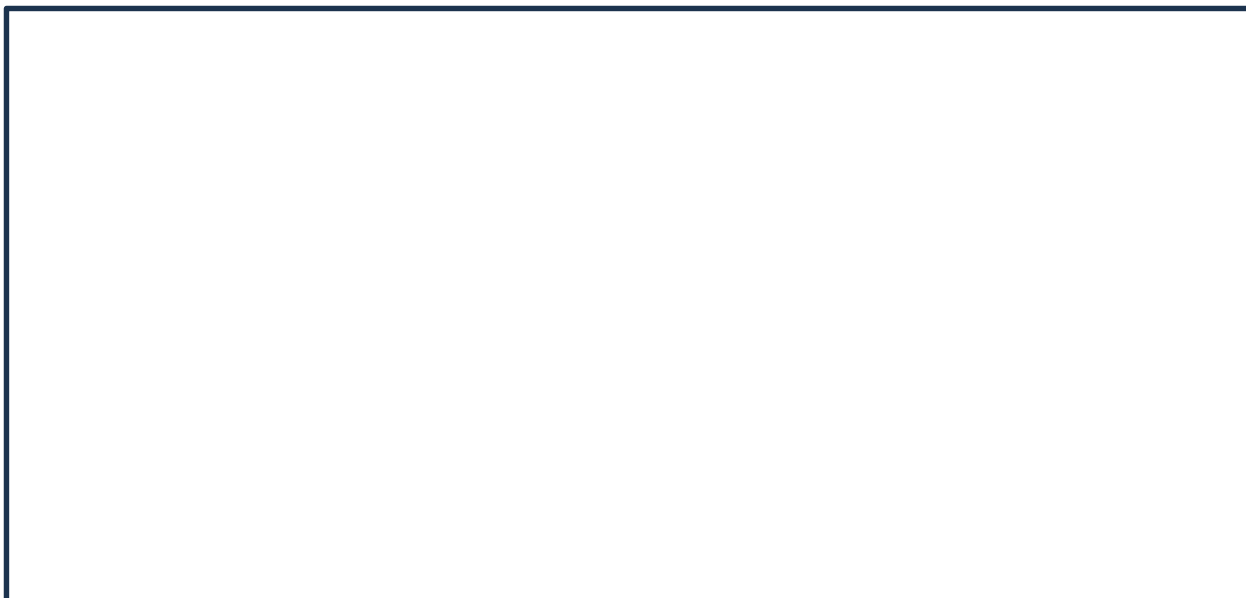


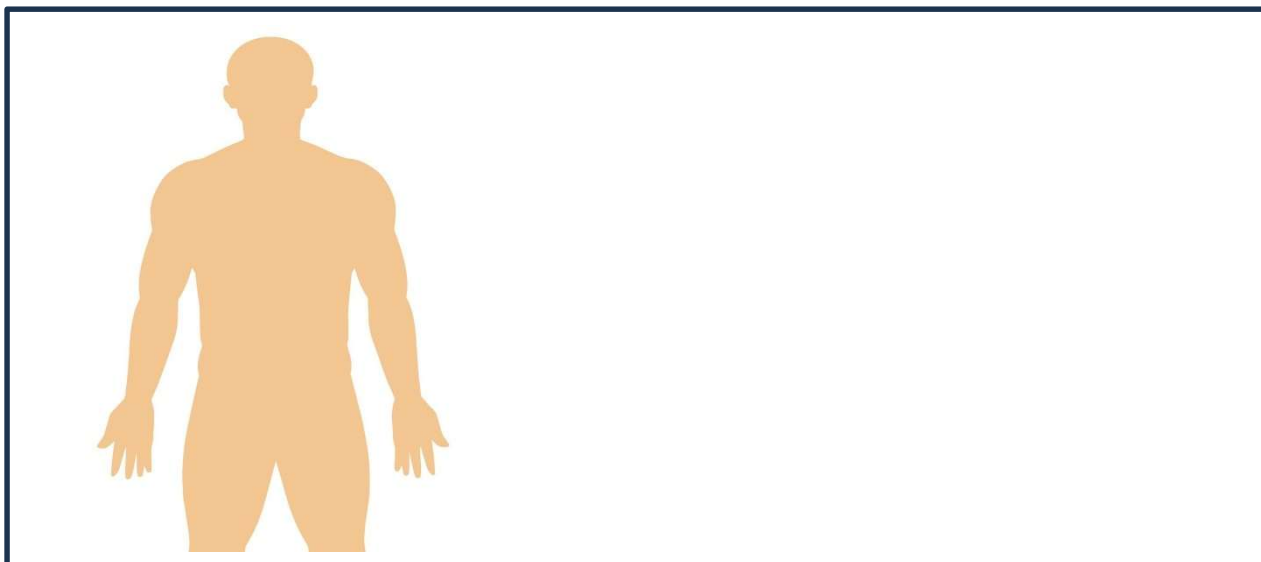
SA I: SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA

1. Dibuja el corazón



2. Explica cómo se localiza el pulso y como se calcula las pulsaciones por minuto.

3. Dibuja el recorrido de la sangre a través del cuerpo y explica como llega el oxígeno a la sangre.



4. Rellena la tabla

Ejercicio	Pulsaciones	Observaciones
A. Reposo		
B. 1 min andando		
C. 6 min andando		
D. 5 min trotando		
E. Series de velocidad		
F. Plíometría		
G. 3 min caminado lento		
H. 3-5 min reposo		

5. Rellena la gráfica e interprétala.

