ACTIVIDAD UNIDAD 1

Construya un documento en el cual se tengan en cuenta los siguientes aspectos a evaluar:

* Define y de ejemplos de los siguientes conceptos:

 **Cultura física:**

 **Educación física:**

 **Deporte:**

**Lúdica y juego**

* Para usted, ¿qué se define como movimiento?, de un ejemplo con un deporte.

* Estructure una sesión de actividad física, puede usar imágenes.
* ¿Cómo realizaría usted un calentamiento físico, y para que sirve?
* Realice una descripción de cada ejercicio realizado en el punto anterior, y señale que parte del cuerpo se esta activando, Debe Ser Creativo y utilizar imágenes para soportar la descripción.

Recuerda adjuntar siempre la Bibliografía y/o Webgrafía

NOTA: Para bibliografía puedes usar la NORMA APA