



U.E. COLEGIO "CRISTO REY"
P.P. DOMINICOS

Actividades
Tercer Año

Reciban un cordial saludo. Las actividades deben ser reenviadas a mi correo personal, (malvarado_53@hotmail.com), identificar con nombres y apellidos.

Busca y escribe información sobre los siguientes aspectos (máximo 3 hojas)

1. Nombra y explica los tipos de lesiones de los miembros superiores producidas a causa del deporte.
2. Síntomas, causas y primeros auxilios de:
 - a. Hombro doloroso.
 - b. Luxación de hombro.
 - c. Traumatismo del manguito rotador.
3. Realizar ejercicios en casa, tales como: trote estacionario, salto de cuerda y circuito a fin de mantener una buena condición física.