



Nombre de alumno: Alejandra Villa Domínguez

Nombre del profesor: Julibeth Martínez

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual

Materia: Nutrición en la Actividad Física y el Deporte

Grado: 7°

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: LNU17EMC0119-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 04 de octubre de 2021.

NUTRICION EN LA ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE Y SU RELACION CON LA BIOQUIMICA

Nutrición en la actividad física y deporte y su relación con la fisiología del ejercicio

Participan

Todos los sistemas y órganos del cuerpo humano

Resultando

Respuestas fisiológicas inmediatas al ejercicio

Determinando

La función de un determinado órgano o sistema

Se producen

Durante la realización del ejercicio y desaparecen al finalizar la actividad

Tipos de entrenamiento

Se trata

De un conjunto de prácticas físicas regulares en el tiempo

Se destaca

El entrenamiento deportivo y el de mantenimiento

Se basa

En el trabajo aeróbico

Centrándose

En la resistencia aeróbica, la fuerza, resistencia y flexibilidad

Universidad Del Sureste. (2021). Antología de Nutrición en la actividad física y deporte.
Pdf. Recuperado de 39c057cfc22d0d583c98d1030db25802.pdf
(plataformaeducativauds.com.mx)