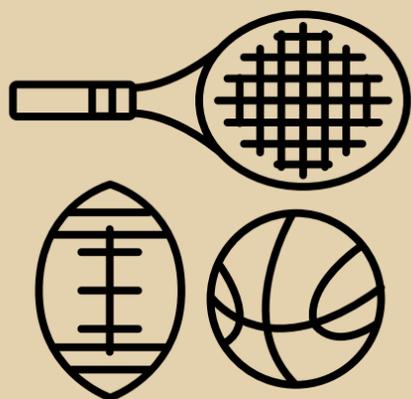


PREDEPORTIVOS SOBRE GASTRONOMIA

Jose Miguel Cano

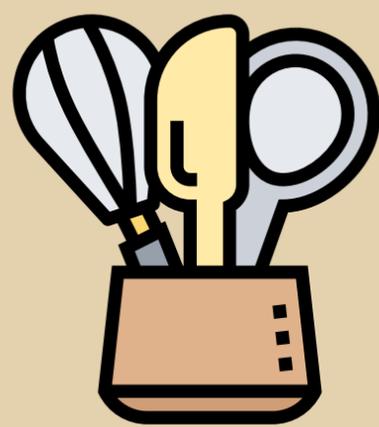


DATO:

- son aquellos alimentos o suplementos consumidos antes de realizar ejercicio físico o participar en una competición deportiva.
- El objetivo principal es preparar el cuerpo para el ejercicio o la competición, proporcionando los nutrientes necesarios para un rendimiento óptimo.

HABILIDADES

- Coordinación motriz:
- Estrategia y toma de decisiones:
- Trabajo en equipo
- Resolución de problemas



OPINION

- Relacione mucho el predeportivo del palotroke con gastro ya que se necesita mucho del trabajo y sobre todo confianza en el compañero para acertar el punto

CONCLUSIONES

En resumen, los juegos de calle pueden contribuir al desarrollo integral de todas las personas al promover habilidades físicas, mentales y sociales de una manera divertida y activa.

