MATERIALES DE FORMACIÓN:

FICHAS 3154013 Y 3154036

TÉCNICOS EN EJECUCIÓN DE PROGRAMAS DEPORTIVOS

Recursos digitales (lecturas y videos):

- **Capacidades condicionales – Video explicativo:** https://www.bing.com/videos/search?q=capacidades+condicionales&FORM=HDRSC6
- **Capacidades físicas – Documento académico (UAEH):** https://www.uaeh.edu.mx/division_academica/educacion-media/repositorio/2019/1-semestre/cultura-fisica-deporte/docs/capacidades-fisicas.pdf
- **Artículo PDF sobre capacidades condicionales:** https://revistas.usanotomás.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260
- **Capacidades coordinativas – Video explicativo:** https://www.bing.com/videos/search?q=capacidades+coordinativas&FORM=HDRSC6

2. Materiales físicos / lúdicos:

- Hojas de block
- Lapiceros o marcadores
- Bombas (globos)
- Juego de **dados mágicos** (para lanzar preguntas o retos físicos relacionados con las capacidades)
- Mesa redonda / espacio en aula o escenario deportivo

Recursos digitales (enlaces a videos y documentos):

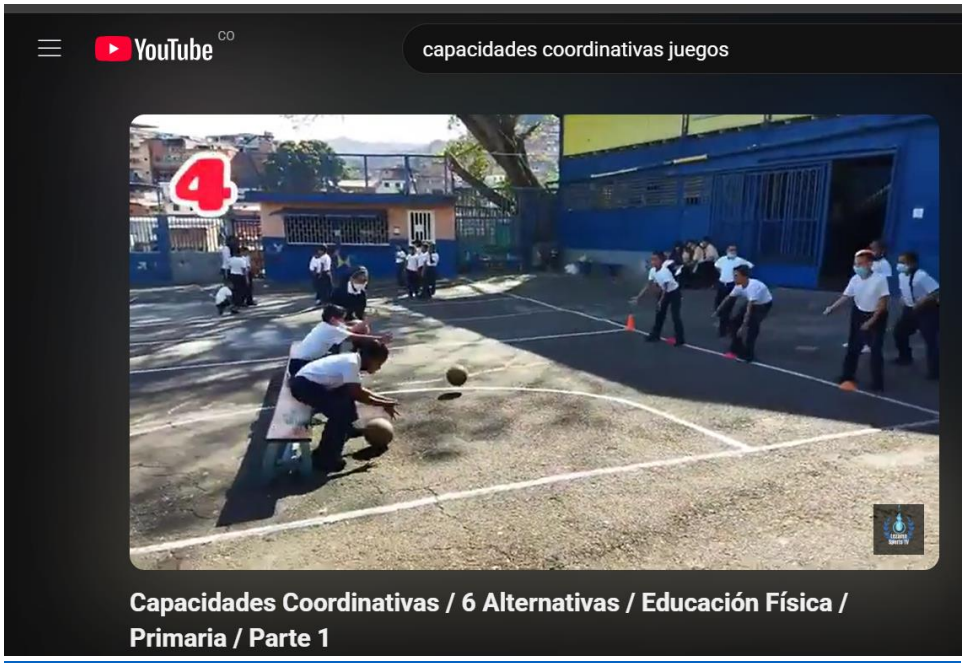
1. **Capacidades condicionales – Video explicativo** https://www.bing.com/videos/search?q=capacidades+condicionales&FORM=HDRSC6
2. **Capacidades físicas – Documento UAEH** https://www.uaeh.edu.mx/division_academica/educacion-media/repositorio/2019/1-semestre/cultura-fisica-deporte/docs/capacidades-fisicas.pdf
3. **PDF sobre capacidades condicionales – Revista Santo Tomás** https://revistas.usanotomás.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260
4. **Capacidades coordinativas – Video explicativo** https://www.bing.com/videos/search?q=capacidades+coordinativas&FORM=HDRSC6

Materiales físicos (para la actividad práctica):

- Hojas de block (para esquemas)
- Lapiceros
- Colores o marcadores
- Regla (para organizar los conceptos gráficamente)

Capacidades coordinativas-juegos

https://www.youtube.com/watch?v=25EMzy0M0KA



Capacidades condicionales-juegos

https://www.youtube.com/watch?v=whxu3MA_VVA

