

NOMBRE: \_\_\_\_\_ MAESTRO: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

1. Para cada grupo muscular (en la columna de en medio) busca su ubicación (en la columna del lado izquierdo) y escribe el número en el espacio.
2. Después, en la columna derecha, circúlalo si éste grupo muscular es un flexor (disminuye el ángulo de la articulación o un extensor ( aumenta el ángulo de la articulación).

Ubicación	Grupo Muscular	Función	
1. Parte de enfrente del muslo	Abdominales _____	Flexor	Extensor
2. Pecho	Cuadríceps _____	Flexor	Extensor
3. Parte de atrás del muslo	Tendón _____	Flexor	Extensor
4. Espalda	Pectoral Mayor _____	Flexor	Extensor
5. Parte de enfrente del brazo superior	Tríceps _____	Flexor	Extensor
6. Parte de atrás del brazo superior	Latisimus Dorsi _____		
7. Tronco	Biceps _____	Flexor	Extensor