



INSTITUTO JUAN PABLO II
Av. Sáenz Peña 576
TEL: 0381- 4205711
www.instjuanpabloii.com.ar

Materia: Educación Física

Profesor: Frias Angel Exequiel

Curso: 3er año

Bibliografías: <https://nersport.com/blog/nutricion/sistemas-energeticos-en-el-deporte>

Trabajo Práctico N ° 1

Tema: Fisiología

1_ Describa los diferentes tipos de sistemas energéticos. Mencione qué fuente energética utiliza cada uno.

2_ Mencione y describa en qué deporte prevalece cada uno de ellos

Fecha de presentación 18/03/2026