



Colegio San José
Ed. Física

GUIA DE EDUCACION FISICA N°13 Retroalimentación

Nombre:

Curso: 3° Básicos

Objetivo: Resumir los temas y contenidos presentados en las semanas anteriores, haciendo retroalimentación del trabajo solicitado y lograr un mejor manejo de los contenidos planteados

Instrucciones: Leer la guía presentada, y comparar el desarrollo realizado en las guías anteriores y también desarrollar la actividad física.

I. Respuestas guía N°10

- a) Es un deporte de pelota en el que se enfrentan dos equipos, se caracteriza por transportarla con las manos.
- b) El objetivo del juego es desplazar una pelota a través del campo, valiéndose fundamentalmente de las manos, para intentar introducirla dentro de la portería contraria, acción que se denomina gol
- c) El terreno de juego es un rectángulo de 30 a 50 metros de largo y 20 metros de ancho, los lados más largos se llaman línea de banda y los cortos línea de portería.
- d) El único jugador que puede tocar la pelota con los pies es el portero y sólo dentro del área delimitada

II. Respuestas guía N°12

- a) Las principales **disciplinas** del atletismo básicamente, son la carrera, el lanzamiento y el salto.
- b) Las carreras de velocidad consisten en correr lo más rápido posible en una distancia determinada
- c) Una jabalina es hecha con material reglamentario de metal o fibra de vidrio.
- d) Salto de altura, con pértiga (la pértiga es la vara alta), de longitud y triple salto.

III. Actividad práctica

- ✓ En esta actividad realizaremos unos ejercicios de multisaltos, lo pueden desarrollar en un pequeño espacio en su hogar, es un trabajo de coordinación y resistencia, necesitaremos cinta adhesiva y una regla de 30 cm, marcamos con la cinta un cuadrado de 30 x 30 cm en el suelo, en caso de que no tengas estos materiales puedes usar el cuadrado de la baldosa. Te dejo un links para que observes este video realizado por la profesora Argen y desarróllalo en tu hogar.

Link

https://www.instagram.com/educacionfisica_csj/?hl=es-la



- Si se presenta alguna inquietud no dudes en consultar a nuestros correos
christiancass.csj@gmail.com argen.montecinos.csj@gmail.com
- Puedes también seguir en Instagram al departamento de Educación Física: @educacionfisica_csj
- En la plataforma ClassDojo, podrás dejar el registro de tus fotografías realizando las actividades.



**Un fuerte abrazo y debes seguir cuidándote.
Educación Física.**