

Nombre: \_\_\_\_\_  
Curso: \_\_\_\_\_ Colegio: \_\_\_\_\_  
Ciudad: \_\_\_\_\_

Contesta las siguientes preguntas:

¿Cuánto mides? \_\_\_\_\_ ¿Cuánto pesas? \_\_\_\_\_

¿Practicas alguna actividad física fuera del colegio? \_\_\_\_\_ ¿Cuáles? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Qué te gustaría realizar en Educación Física durante este año?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

¿Cuáles son tus juegos y deportes favoritos?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ordena del 1 al 8. Me gusta hacer Educación Física para:

\_\_\_ Crecer \_\_\_ Hacer deporte \_\_\_ Tener salud \_\_\_ Divertirme \_\_\_ Hacer amigos  
\_\_\_ Jugar \_\_\_ Aprender cosas nuevas \_\_\_ Sacar buenas notas

Nuestros amigos han ido a la feria y están en la caseta de tiro con bolas de trapo.

**Juan** ha realizado dos tiros: Uno se ha estrellado a la derecha del muñeco 2. El otro, justo debajo del muñeco 1.

**Laura** ha realizado un intento y ha dado a la izquierda del muñeco 3.

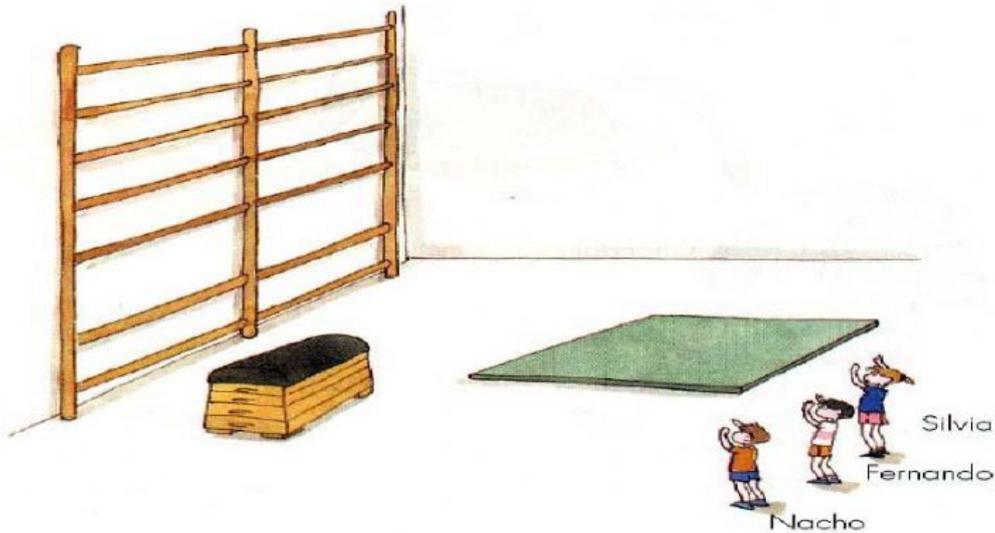
**Ana** ha lanzado dos bolas: una dio justo encima del muñeco 2. Otra acertó al muñeco 3.

1.- Une con líneas a cada niño con los sitios donde golpearon sus bolas de trapo.



**Nacho, Fernando y Silvia** juegan a ver quién lanza el balón más lejos. El balón de Nacho ha llegado a la espaldera. El de Fernando, a la colchoneta. El de Silvia, al banco.

2.- Dibuja las trayectorias de los lanzamientos señalando cada participante a su lugar correspondiente.



Cuando arrojo un objeto que tenía agarrado con las manos, estoy realizando un LANZAMIENTO. Puedo lanzar con un brazo o con los dos.

Puedo lanzar: muy lejos, muy alto, con puntería como en baloncesto o lanzar para combinar a un compañero.

Cuando hacemos deportes, normalmente combinamos lanzamientos con formas de desplazamientos.

Escribe cinco deportes en los que sea importante saber lanzar.

---



---



---



---

Escribe debajo de cada dibujo si el lanzamiento que se realiza es A DISTANCIA, EN ALTURA O DE PRECISIÓN.



También tú puedes colaborar en las clases de Educación Física. Esta es tu oportunidad para solicitar la realización de juegos que te gusten.

Explica 5 juegos que te gustaría llevar a la práctica. Haz un dibujo representativo de cada uno.

<p>Juego 1. Título: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	
<p>Juego 2. Título: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	


<p>Juego 3. Título: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	
<p>Juego 4. Título: _____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	

Quando jugamos y lanza el balón a un compañero para que lo coja se llama PASE. Para pasar bien: Tienes que adaptar la fuerza del lanzamiento a la distancia de tu compañero. El balón tiene que ir a la altura de las manos del compañero. Tu compañero debe atrapar el balón con las dos manos.

Sabías que...

En balonmano se han registrado lanzamientos de hasta ciento ochenta kilómetros por hora. En atletismo el lanzamiento más largo es el de jabalina. En Reino Unido existe un deporte que consiste en lanzar troncos de árboles lo más lejos posible. El lanzamiento de disco y de jabalina ya era practicado por los antiguos griegos en las Olimpiadas.