

ACTIVIDAD EN CLASE

NOMBRE:

FECHA:

1. Encierre el literal correcto

- la respiración en crol se realiza hacia:



- a) la izquierda
- b) la derecha
- c) el costado

- En el estilo espalda, el cuerpo se mantiene:



- a) horizontal
- b) vertical
- c) sentado

- la patada del estilo mariposa es conocida como:



- a) patada tijera
- b) patada delfín
- c) patada rana

2. . Unir con línea la respuesta correcta

- Crol



- Espalda



- Pecho



3. Verdadero / Falso

- El estilo crol es considerado el estilo más rápido de la natación.

(V) (F)

- En el estilo pecho, la patada se realiza en forma de “rana”.

(V) (F)

- En el estilo espalda, los brazos se mueven de manera simultánea.

(V) (F)

4. . Rellenar el espacio

1. La patada de _____ se usa en mariposa.

2. El implemento llamado _____ se coloca entre los muslos para trabajar la brazada.

3. La prueba de 100 metros estilo libre son _____ vueltas en una piscina de 25 m.