

5to básico EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Actividad 1: Preguntas

Al iniciar cada actividad física debemos realizar una serie de ejercicios que nos beneficia ¿En qué nos beneficia? Nombra 2 beneficios.

¿Por qué se llama calentamiento?

¿Qué pasaría si desordenamos el calentamiento?

La estructura de los juegos motores varía en correspondencia con los siguientes 4 elementos. Así los juegos pueden:

- En cuanto al número de jugadores, requerir una actividad individual, por parejas o tríos, y en pequeños o grandes grupos.
- En cuanto al espacio de juego, exigir un espacio limitado o un espacio abierto.
- En cuanto a los implementos, pueden ser con implementos simples, variados o sin ningún implemento.
- En cuanto al reglamento, éste puede ser simple o con pocas reglas o un reglamento más complejo

Problema

¿Podrás crear un nuevo juego que no requiera de ningún implemento y donde todos los jugadores se estén moviendo?

¿Qué nombre le pondrías? : _____

Número de jugadores _____

Espacio de juego _____

Implementos _____

Reglas de juego _____

Describe el juego

