



EDUCACION FISICA Y SALUD 4º BÁSICO

SEMANA 13 y 14 DEL 22 DE JUNIO AL 3 DE JULIO

No es necesario imprimir este documento, sólo leerlo comprensivamente, ver los videos recomendados y desarrollar las preguntas en su cuaderno de Educación Física y Salud cuando corresponda.

INSTRUCCIÓN:

Queridas Estudiantes ¡¡cómo están hoy para esta nueva clase!!..... 😊 **¡Vamos que se puede!**... ya que el éxito se da manteniendo la disciplina y perseverancia del aprendizaje beneficiando así tu desarrollo físico e intelectual. 😊

Por lo tanto, vamos a **Recordar** que:

- ✓ Debes designar 30 minutos para trabajar guías y actividades propuestas por la asignatura.
- ✓ En el caso de no poder contar con una impresora puede copiar en su cuaderno de Educación Física y salud, las actividades, registrando la fecha y semana de trabajo, para su posterior revisión.
- ✓ En tus tiempos libres juega, ajedrez, sudoku o naipes, esto te ayudará a entrenar tu mente y enfocarte en tus tareas curriculares.
- ✓ Siempre te será más fácil y motivador realizar deporte con la compañía de otra persona que te supervise (alguien adulto de tu familia), y así podrás realizar tus ejercicios, con el fin de prevenir complicaciones o alguna lesión. Sea cuidadosa con tu entorno físico, asegúrese de que sea adecuado y sin peligros.
- ✓ Es conveniente hidratarse antes, durante y después del ejercicio físico, Ya sea cualquier ejercicio, aunque sea moderado.
- ✓ Esta semana vamos a continuar trabajando en relación a la práctica de juegos pre deportivos y deportivos conociendo lo que es ataque y defensa y zonas de juego.

Cualquier duda que tenga puede contactarse a través de los siguientes correos:

Srta. Miriam Pizarro: miriam.pizarro@colegio-republicaargentina.cl

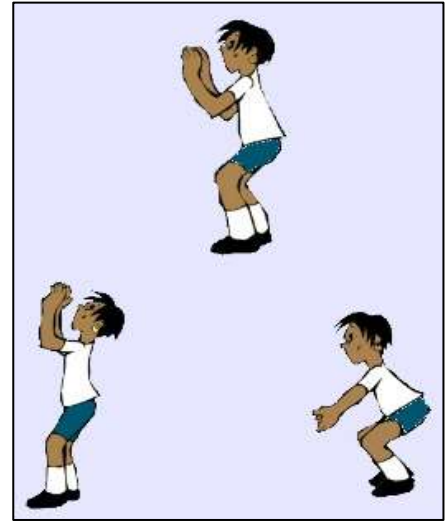
Sra. Jovanka Matas: jovanka.matas@colegio-republicaargentina.cl

OBJETIVO DE APRENDIZAJE:

OA3: Practicar juegos pre deportivos con reglas y espacios adaptados, aplicando los principios generales de juego, como **acoplarse en ataque y replegarse en defensa, utilizar el campo de juego a lo largo y ancho o reconocer el espacio del adversario.**

CONTENIDO: Ataque y defensa en el juego
Espacio zona de juego, Canchas, normas y reglas.

Posición defensiva
media – alta -- mixta



4. ATAQUE EN EL JUEGO:

Acción deportiva realizada por un jugador o varios de ellos, con objeto de vencer al o a los adversarios; cuando se efectúa como respuesta a un ataque del adversario, se llama **contraataque**.

Ejemplo:

