

Colegio República Argentina

O’Carrol  # 850- Fono 72- 2230332

**Asignatura Educación física y salud.**

**CORREO:jovanka.matas@colegio-republicaargentina.cl**

**SEMANA 11: 8 al 12 de Junio.** **CURSOS : 6 BASICOS**.

|  |
| --- |
| Nombre: |
| Cursos: 6 Básicos. Fecha: 8 al 12 de Junio. |
| OA: Autoevaluar en forma teórica a través de la gimnasia rítmica la expresión corporal y el movimiento.:  |

 **GUIA DE ACTIVIDADES :**

Responde en tu cuaderno de educación física las siguientes preguntas de desarrollo y luego una selección múltiple de lo visto las clases anteriores con total honestidad. Te agrego unos link videos con los movimientos básicos de cada implemento.

**1.- ¿Cuáles son los implementos deportivos que se trabajan en gimnasia rítmica?----------------------------------------------------------------------------------------------**

**2.- ¿Qué es la expresión corporal en gimnasia rítmica?**

-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

**I.-Selección Múltiple: Marca con una X la alternativa correcta.**

<https://www.youtube.com/watch?v=zXcnT5AH_WM>

<https://www.youtube.com/watch?v=gtGxfqmHob4>

<https://www.youtube.com/watch?v=rWcDjjWZ0Z8&t=136s>

1**.-La Cuerda** se utiliza para:

A.-Saltos.

B.-Lanzamientos.

C.-Balanceos.

D.-Todas las anteriores.

2.-**EL Aro** se caracteriza por:

A .Lanzamientos.

B.-Tener una circunferencia menor de 50 cm de diámetro.

C.-Rebotes.

D.-Tomado siempre por las 2 manos.

3.-**El Balón** se caracteriza por:

A.-Rebotes.

B.-Circunsducciones .

C.-Utilizado siempre con las 2 manos.

D.-Todas las anteriores.



4**.- La Cinta** se utiliza para realizar:

A. Serpentinas y Espirales.

B.-Movimientos en ocho.

C.-Manejarla siempre con las 2 manos.

D.- Todas las anteriores.

II.-**Según la imagen con la cuerda** corresponde a☹ **Encierra en un círculo.**

A.-Equilibrio.

B Salto.

C.-Lanzamiento.

**Según la imagen con el aro** corresponde a:

A.-Balanceo.

B.-Salto con pasada por dentro del aro.

C.-Equilibrio.

**Según la imagen con cinta** corresponde a:

A.-Serpentinas.

B.-Espirales.

C.-Movimiento en ocho.



**Según la imagen con el balón** corresponde a:

A.-Balanceos.

B.-Equilibrio con rebotes.

C.-Saltos con el balón.