

Colegio San Sebastián
Sgto. Centro
Educación física y salud.

Guía de trabajo nº3
“Dominio de deportes individuales”

Nombre: _____. Curso: 7 ° básico

Obj: Introducción al deporte, y al autocuidado

Actividades:

Definir los conceptos:

- Deporte
- Deportes colectivos
- Deportes individuales
- Autocuidado
- Higiene personal
- Deshidratación

Realiza el siguiente trabajo de investigación

Elegir dos deportes colectivos y desarrollar los siguientes puntos.

- Origen del deporte
- Exponentes
- Categorías según edad
- Tipo de superficie con respectivas medidas
- Implementos
- Vestimenta
- Imágenes
- Reglas
- Cantidad de deportistas

Elegir dos deportes individuales y desarrollar los siguientes puntos.

- Origen del deporte
- Exponentes
- Categorías según edad
- Tipo de superficie con respectivas medidas
- Implementos
- Vestimenta
- Imágenes
- Reglas
- Cantidad de deportistas

