



Colegio San Sebastián
Educación física y salud
Profesora pía moya

Guía de trabajo séptimo año básico
“Domino de deportes individuales “

- **Actividades realizar en el cuaderno:**

1. Define:

- Deporte colectivo
- Deporte individual
- Deporte de oposición
- Vida saludable
- Higiene
- Rutina de ejercicios

2. Busca tres tipos de ejercicios para trabajar las distintas partes del cuerpo

- Brazos
- Abdomen
- Piernas

3. Dibuja o pega imágenes de los ejercicios seleccionados