



Educación Física y salud.
Colegio Domingo Eyzaguirre.
Profesor Evers Salas U.

Guía N°3, Educación Física y salud.

Nombre Estudiante:

Curso: Quinto Básico.

1-. Lee atentamente.

¿Qué es el deporte?

Deporte es toda actividad que involucra ciertas reglas, además para practicar deportes necesitas de ciertos implementos y un número determinado de personas que deseen practicarlo e inclusive hay deportes que puedes practicar de manera individual tales como; correr, natación, andar en bicicleta entre otros. Así también existen deportes colectivos (en equipos), tales como el Basquetbol, Fútbol, Balonmano.

Deporte Colectivo.

Los deportes colectivos son aquellos que se practican entre equipos opuestos, donde los jugadores interactúan entre ellos de manera simultánea para alcanzar un objetivo. Este, normalmente, involucra a los miembros de un equipo para mover una pelota u objeto similar de acuerdo con un conjunto de reglas definidas y preestablecidas, con el fin de sumar puntos.

Deporte individual sin oposición

Por deporte individual sin oposición entendemos aquellas prácticas o disciplinas en las cuál el jugador no necesita de acompañantes para llevar a cabo la actividad ni rivaliza con otros atletas o competidores, sino más bien consigo mismo ya sea para mejor mejorar sus metas, sus tiempos u objetivos.

1.1.- A continuación enumera 5 deportes colectivos y 5 deportes individuales sin oposición.

Deportes colectivos.

1.

2.

3.
4.
5.

Deportes individuales sin oposición.

1.
2.
3.
4.
5.

2.- A continuación deberás elegir 1 deporte colectivo y 1 deporte individual sin oposición y elaborar un informe para cada uno, que contenga los siguientes puntos.

1. Historia y origen del deporte.
2. 5 reglas básicas.
3. 2 deportistas chilenos destacados en el deporte elegido.