



Retroalimentación Guía N° 4 Educación Física y Salud 5° y 6° Básico

I. Juegos Predeportivos

Los Juegos Predeportivos constituyen una variante de los juegos menores, caracterizada por contenidos que propician la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que sirven de base para la asimilación de habilidades deportivos.

Algunos ejemplos de estos son:

- Medio (fútbol): En una ronda, los jugadores deben hacerse pases entre ellos sin que el (o los) que están en el medio logren interceptarlos
- Pase 10 (Básquetbol): los jugadores de un equipo deben pasarse la pelota diez veces sin ser interceptada.
- Bowckey (hockey): se colocan palos al estilo bowling, pero se deben derribar golpeando con el tiro del hockey.

1. Explica con tus palabras que son los juegos predeportivos y cuál es su importancia.

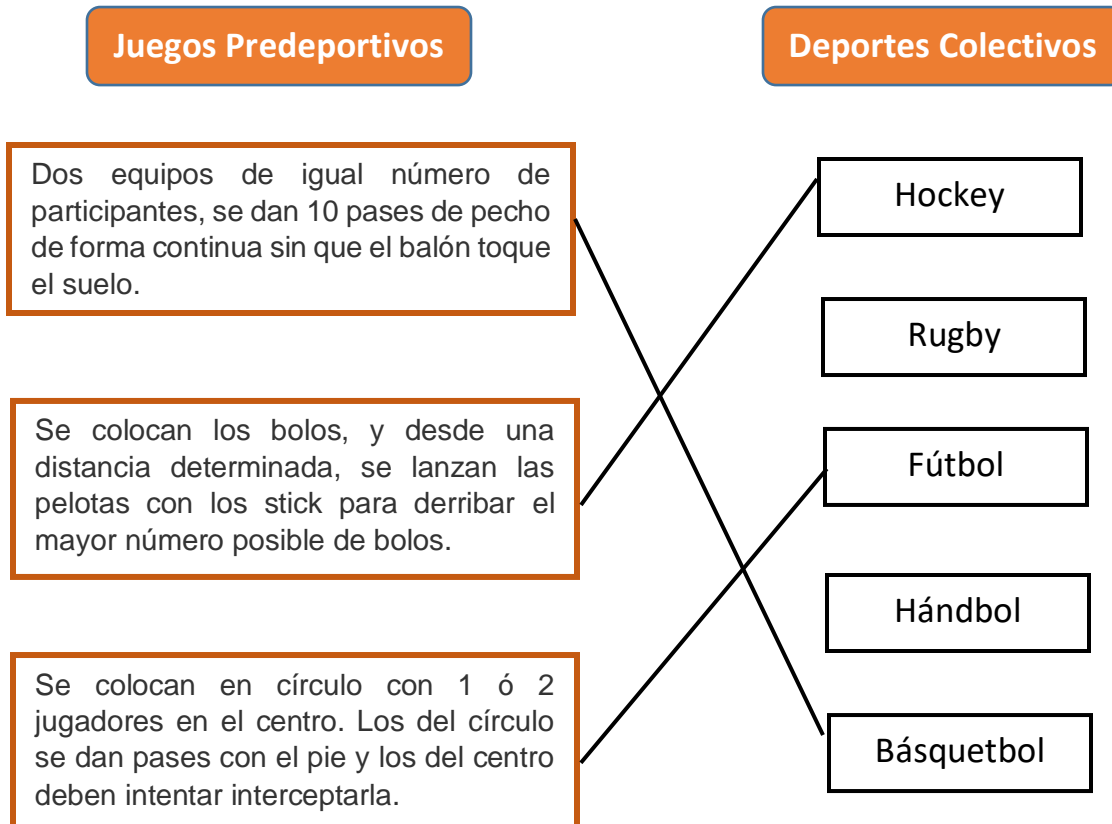
Los juegos predeportivos son aquellos que requieren de habilidades propias de los deportes y su práctica es importante para familiarizar al niño con los deportes colectivos, los que ayuda a analizar y tomar decisiones.

2. Observa el video <https://www.youtube.com/watch?v=TZzVrUGlxtY> y ejecuta los ejercicios. Luego completa la información según corresponda.

| | ¿A qué deporte colectivo se relaciona? | ¿Cuál es el objetivo principal del ejercicio? |
|----------------|--|---|
| Ejercicio N° 1 | Hockey | Control y dominio del stick |
| Ejercicio N° 2 | Básquetbol | Precisión de lanzamiento |
| Ejercicio N° 3 | Futbol | Coordinación ocupo pedal |
| Ejercicio N° 4 | Voleibol | Control y dominio del balón |
| Ejercicio N° 5 | Rugby | Coordinación óculo manual |



3. Une con una línea los juegos predeportivos a los deportes colectivos a los que se relacionan según corresponda.



4. ¿Con que fines podemos utilizar los juegos predeportivos?

Los juegos predeportivos se pueden utilizar con tres fines en búsqueda de: Conocimiento global del deporte, para conocer los aspectos generales. Mejorar aspectos técnicos y tácticos, para poder crear estrategias de equipo. Y por último para una familiarización tanto con los implementos o con las reglas del juego.

5. Nombra 3 diferencias entre Juego y deporte.

| Juego | Deporte |
|---------------------------|------------------------------------|
| Reglas flexibles | Reglas estrictas |
| No necesita entrenamiento | Requiere de mucho entrenamiento |
| Recreativo | Actividad que requiere de esfuerzo |



II. Deportes Colectivos

6. Nombra 5 beneficios de los deportes colectivos.

- **Desarrolla tus relaciones sociales.**
- **Mejora la condición física.**
- **Mejora tu confianza.**
- **Te divierte.**
- **Aumenta tu capacidad de trabajar en equipo.**

7. ¿Qué actitudes debes tener al realizar un trabajo colaborativo?

Debes respetar tanto a los compañeros como al adversario, ser honesto y reconocer sus errores. Además de tener una actitud positiva y de trabajo colaborativo ya que todos están en búsqueda del mismo objetivo.

8. Nombra 5 deportes colectivos diferentes a los ya mencionados anteriormente.

- **Waterpolo.**
- **Beisbol.**
- **Nado sincronizado.**
- **Hockey sobre hielo.**
- **Softbol.**

9. Escribe una V si es Verdadero o una F si es Falso.

 V Es considerada una falta en el basquetbol botear con ambas manos.

 F El Rugby se juega con 12 jugadores por lado.

 V En el hockey necesitamos un stick para golpear la pelota.

 V Los deportes colectivos son en los que un equipo se enfrenta a otro en búsqueda de un mismo objetivo.

 F En el Voleibol un jugador puede golpear el balón dos veces.



10. ¿Qué significa el juego limpio?

El juego limpio se refiere a la actitud adecuada con que enfrentas las situaciones de juego y las interacciones sociales propias de la práctica deportiva. Siendo los valores principales la responsabilidad y la honestidad.

11. Observa el siguiente video <https://www.youtube.com/watch?v=ZgAITJth2ZY> escribe el objetivo principal y tres reglas para cada uno de los deportes colectivos mencionados a continuación.

Rugby

Objetivo: Para anotar puntos, se debe apoyar el balón sobre la línea de gol.

Reglas: Solo se puede avanzar dando pases laterales o pateándolo hacia adelante. Son 15 jugadores por lado. Se juega en dos tiempos continuos de 40 minutos cada uno.

Básquetbol

Objetivo: Para anotar puntos, se debe introducir el balón en la canasta.

Reglas: No patear el balón. No botear con ambas manos. Dar un máximo de dos pasos con el balón en la mano.

Hockey

Objetivo: Para anotar puntos debes introducir la pelota dentro del arco siendo golpeada por el stick.

Reglas: No golpear la pelota con el pie. Golpear la pelota con la parte lisa del stick. No levantar el stick mas arriba de la rodilla.

Voleibol

Objetivo: Tratar de que el balón pase sobre la red y caiga en el campo contrario.

Reglas: Dar tres golpes máximo por lado. Un jugador no puede dar dos golpes al balón. Los jugadores rotan en dirección de las manillas del reloj.