

## TRABAJO INTEGRADOR

### TP Nº 8 EDUCACIÓN FÍSICA

CURSOS: 4º 1 –42º

PROFESORA: Goette Andrea

NOMBRE DEL ALUMNO:

FECHA DE ENTREGA: 17 de noviembre de 2020.

ENVIAR AL MAIL DE CADA DOCENTE: [andrea\\_goette@yahoo.com.ar](mailto:andrea_goette@yahoo.com.ar)



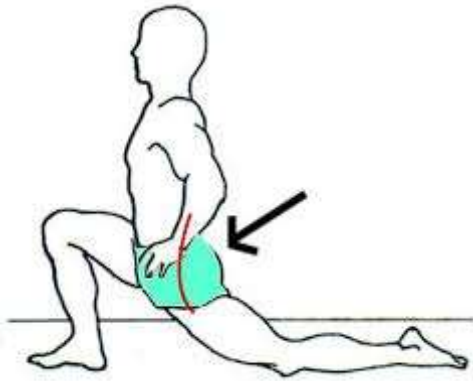
- 1) ¿Qué novedades podrías contar sobre los JUEGOS OLÍMPICOS que se realizarían en el 2020?



## CUALIDADES FÍSICAS

- 2) Observando las siguientes imágenes indicar si hace referencia a capacidades **condicionales** o **coordinativas**.





### 3) VOLEIBOL

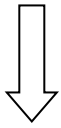
| Nº | Responder V o F   | Respuestas |
|----|---|------------|
| 1  | Cuando realizo una acción de ataque no puedo tocar la red.                  |            |
| 2  | La pelota en los momentos del remate debe golpearse en la máxima altura.    |            |
| 3  | El ataque es una acción defensiva   |            |
| 4  | Un zaguero debe tener en cuenta la línea de 3 mts. para realizar el ataque. |            |
| 5  | Los jugadores 1 y 3 son delanteros y 4, 5 y 6 zagueros.                     |            |
| 6  | Un salto a destiempo dificulta la acción de ataque.                         |            |

#### 4) CAPACIDADES FÍSICAS

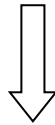
- Mencionar la diferencia entre resistencia **aeróbica** y resistencia **anaeróbica**.  
Dar ejemplos
- Dibujar o pegar imágenes de capacidades coordinativas.

#### 5) ATLETISMO

##### Las disciplinas del atletismo son



.....



.....



.....

- La pista de atletismo mide.....
- Existen dos tipos de partida para las carreras.....y.....
- En una carrera de posta de 4 x 200 los atletas corren ..... metros cada uno.

#### 6) PRIMEROS AUXILIOS

En la siguiente imagen observamos RCP ¿qué significa y cuál es el objetivo?



¿Por qué consideras importante saber primeros auxilios?

Estudiantes: ¿Cómo están? Es muy importante la entrega de las propuestas para poder dar un cierre al ciclo electivo virtual 2020. Cualquier consulta no duden en realizarla.

