

SEGUNDO TRABAJO PRACTICO

EL CUERPO: IMAGEN Y PERCEPCION

1. Reconoce los grupos musculares de su cuerpo? SI NO
2. Nombre 5 músculos y su acción motora.
3. Describa un ejercicio donde intervengan los músculos nombrados.
4. Conoce y localiza los sistemas del organismo? SI NO
5. Nombrarlos y describir brevemente 3 de ellos y su relación con la actividad física.

LOS DEPORTES: VOLEY

Subraya la respuesta correcta.

1. Una cancha de voleibol mide:
a) 18x9
b) 28x15
c) 20x10
2. ¿Qué resultados son posibles en voleibol?
a) (3-1), (3-3), (5-3)
b) (3-1), (3-2), (3-0)
c) (3-1), (3-2), (3-3) 3)
3. Los fundamentos técnicos son:
a) Pase, saque, remate y bloqueo.
b) Finta, remate y saque.
c) Pase

BASQUET

4. Conoces el deporte? Jugaste alguna vez?
5. Describe brevemente en qué consiste el juego.
6. Nombra los fundamentos técnicos del basquet.