

Área: Educación Física
Grado: 6° A- B-C
Profesora: Alejandra Gutiérrez

PARA MOVERNOS EN CASA: como lo muestra la imagen, necesitas un balde y 15 medias (o cualquier tipo de prenda)

- 1- Correr esquivando las prendas



2-voy corriendo y al encontrar la prenda paso saltando con ambos pies juntos por encima de ella.

3-parecido al anterior con la variante de pasar saltando con un pie por encima de la prenda.

4-voy corriendo, busco una prenda, la traigo, la dejo en el balde, y salgo a buscar otra, y continuo juntar todas las prendas.

5-volver a preparar el circuito, voy a llevar una prenda a la vez hasta vaciar el balde, las debo poner por el espacio, separadas, para volver a iniciar desde **la actividad 1!!!** .Trato de repetir el circuito mínimo 2 veces o más.

Hablemos de básquet

El baloncesto es un deporte de equipo que consiste básicamente en introducir un balón en un aro, del que cuelga una red, lo que le da un aspecto de cesto. Cada **equipo está compuesto** de cinco jugadores titulares y cinco suplentes. Uno de los jugadores del **equipo es** el capitán.

La **cancha de baloncesto** es una superficie dura libre de obstáculo. Hay una línea en el centro del campo que divide a este en 2 mitades exactamente iguales, en la mencionada línea existe un círculo con un diámetro de 3,6 mts. **Tiene unas medidas de 15 m de ancho y 28 mts de largo.** Los aros están a una altura de 3,60 mts.

- El balón puede ser lanzado en cualquier dirección con una o ambas manos.
- El balón puede ser golpeado en cualquier dirección con una o ambas manos, pero nunca con el puño.
- Un jugador no puede correr con el balón. ...
- El balón debe ser sujetado con o entre las manos.

RESPONDER

1-CUANTO MIDE LA CANCHA DE BASQUET?

2-CUANTOS JUGADORES COMPONEN UN EQUIPO DE BASQUET?

3-DURANTE UN PARTIDO DE BASQUET EL JUGADOR PUEDE CORRER SUJETANDO LA PELOTA ENTRE LAS MANOS?