



SEMANA N°11 DEL 8 AL 12 DE JUNIO.

UTP GUÍA N°10 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD QUINTOS BÁSICOS 2020

Profesor: LEONARDO MENESES INOSTROZA.

Nombres:	Apellidos:	Curso:	Fecha:
			8 al 12 de junio

***Objetivo de aprendizaje (OA11):** Practicar actividades físicas y/o deportivas, demostrando comportamientos seguros y un manejo adecuado de los materiales y los procedimientos.

***Habilidad:** Reconocer, Analizar y Aplicar.

***Actividad 1:** Selección múltiple. Escoger alternativa correcta según la descripción del deporte.

Instrucciones: Lee la descripción del deporte, analiza y responde lo siguiente:

El **Balonmano o Hándbol** es un deporte **Colectivo de colaboración y oposición**, en el que se enfrentan dos equipos, se caracteriza por transportar un balón con las manos. Cada equipo se compone de siete jugadores (seis de campo y un portero), pudiendo el equipo contar con otros siete jugadores (o menos, o ninguno) reservas que pueden intercambiarse en cualquier momento con sus compañeros. Se juega en un campo rectangular, con una portería a cada lado del campo. El objetivo del juego es desplazar una pelota a través de la cancha, utilizando fundamentalmente las manos, para intentar introducirla dentro de la portería contraria, acción que se denomina gol.

1. El Balonmano es: a) Una actividad recreativa. b) Un deporte con oposición. c) Un deporte sin oposición. d) Un deporte individual.	2. Jugadores total en cancha: a) 10 jugadores. b) 5 jugadores. c) 6 jugadores. d) 14 jugadores.	3. Es un deporte con OPOSICIÓN ya que: a) Hay un solo equipo. b) Hay un balón. c) Hay 2 equipos. d) Hay un árbitro.
4. Por equipo hay: a) 1 portero y 8 jugadores. b) 1 portero y 6 jugadores. c) 1 portero y 10 jugadores. d) 1 portero y 7 jugadores.	5. El objetivo del juego es: a) Golpear el balón. b) Encestar el balón. c) Lanzar el balón y anotar un gol. d) Botear el balón.	6. Puede existir un cambio de jugador: a) En cualquier momento. b) Cuando hay un gol. c) Cuando el árbitro lo decide. d) Ninguna de las anteriores.

***Actividad 2:** Reconocer e indagar sobre **Fundamentos técnicos del Balonmano** y su utilidad.

Instrucciones: Leer descripción del Fundamento técnico y responder.

*BOTE: Ejecución técnica que se realiza con una mano (se puede alternar o cambiar de mano). Acción de enviar el balón al suelo con el objetivo de que vuelva hacia la misma mano o la otra.		
<ul style="list-style-type: none"> a) Puedo botear con ambas manos al mismo tiempo. b) Puedo utilizar los pies. c) Puedo botear con una mano. d) Puedo botear con los codos. 	<ul style="list-style-type: none"> a) Me sirve para lanzar. b) Me sirve para avanzar. c) Me sirve para golpear. d) Me sirve para hacer un gol. 	Nombrar un tipo de Bote:

*PASE: Ejecución técnica que se realiza con una o las dos manos. Acción de enviar el balón hacia un compañero de equipo.		
<ul style="list-style-type: none"> a) Puedo pasar con los pies. b) Puedo pasar con la cabeza. c) Puedo pasar con el pecho. d) Puedo pasar con las manos. 	<ul style="list-style-type: none"> a) Me sirve para lanzar. b) Me sirve para hacer un punto. c) Me sirve para lucirme. d) Me sirve para jugar en equipo. 	Nombrar un tipo de Pase:

*LANZAMIENTO: Ejecución técnica que se realiza con una o dos manos. Acción de enviar el balón hacia el arco o portería contraria.		
<ul style="list-style-type: none"> a) Eleva la posibilidad de convertir. b) Asegura un pase. c) Asegura un bote. d) Asegura un gol. 	<ul style="list-style-type: none"> a) Puedo lanzar a mi portería. b) Puedo lanzar con la cabeza. c) Puedo lanzar con el pie. d) Puedo lanzar con una mano o dos manos a la portería contraria. 	Nombrar un tipo de Lanzamiento:

ENVIAR respuestas de la guía n°10 a:

***Correo Institucional Profesor:** leonardo.meneses@colegio-moisismussa.cl (respuestas escritas en documento de Word o fotografía scaneada de la guía) o al

***WhatsApp Educación Física y salud:** +569 20672798 (fotografías de la guía resuelta).