

GUÍA 3 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 8° BÁSICO MAYO 2021

NOMBRE: _____ CURSO: _____ FECHA: _____

OBJETIVO: (OA 1) Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en al menos: Un deporte individual (atletismo, gimnasia artística, entre otros). Un deporte de oposición (tenis, bádminton, entre otros). Un deporte de colaboración (escalada, vóleibol duplas, entre otros). Un deporte de oposición/colaboración (básquetbol, hándbol, hockey, entre otros).

CONTENIDOS: Deportes y su clasificación.

ACTIVIDADES

1. Lee el siguiente texto.

LOS DEPORTES

El término deporte es una actividad física, básicamente de carácter competitivo y que mejora la condición física del individuo que lo practica, de igual forma, cuenta con una serie de propiedades que lo hacen diferenciarse del juego. Por su parte, la Real Academia Española (RAE) define este término como una actividad física que es ejercida por medio de una competición y cuya práctica requiere de entrenamiento y normas.

En general, la definición de deporte va relacionada con la actividad física, sin embargo, es necesario tener en cuenta que no se debe confundir con el ejercicio físico, ya que existen juegos como el ajedrez que no necesita de actividad física, pero sí agilidad y gran concentración. La mente forma parte del cuerpo y su actividad es considerada como actividad física más no como ejercicio físico. Por su parte, el Comité Olímpico Internacional señala que el deporte es un derecho humano y reza lo siguiente «toda persona debe tener la posibilidad de practicar deporte sin discriminación de ningún tipo y dentro del espíritu olímpico, que exige comprensión mutua, solidaridad y espíritu de amistad y de juego limpio».

Existen diferentes maneras de catalogar las diferentes disciplinas deportivas que se practican en todo el mundo. Por ejemplo, pueden ser por la cantidad de personas que intervienen, por la época del año en que se desarrollan, por los objetos que se emplean, etc.

CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES POR PARTICIPANTES

- **Deportes individuales**

Como su nombre lo indica, en estos deportes es solo una persona la que participa en el mismo “equipo”. Algunos de los ejemplos más comunes son la gimnasia artística o el atletismo, pero también podemos destacar a aquellas disciplinas en las que un atleta disputa un juego contra otro, tales como: el judo, el tenis (singles) o el boxeo.

- **Deportes por equipo o colectivos**

A diferencia del anterior, en los deportes por equipo participa más de un atleta por “bando”. Pueden ser por parejas como: el tenis dobles, el bádminton, el tenis de mesa o el beach volley; o en equipos con más participantes, tales como: el fútbol, el rugby, el baloncesto, el balonmano, el vóleibol, etc.

CLASIFICACIÓN SEGÚN LA TEMPORADA O EL LUGAR DONDE SE PRACTICAN

- **Deportes de verano**

Son todos los deportes que se pueden practicar cuando hace calor, principalmente, porque se realizan al aire libre. Entre ellos podemos destacar: las pruebas de atletismo, el ciclismo, la natación de aguas abiertas, la vela, el kayak, etc. Estos también se suelen llamar deportes outdoor o de exteriores.

- **Deportes de invierno**

Para practicarlos es necesario que haya nieve o hielo, por ello suelen ser exclusivos del invierno o de campos de juego artificiales. Los Juegos Olímpicos de Invierno albergan a la mayoría de estos deportes: patinaje sobre hielo, snowboard, curling, esquí, patinaje de velocidad y hockey sobre hielo, entre otros.

- **Deportes indoor**

Los también conocidos como “deportes de salón” son los que se practican en un recinto cerrado. Si bien, fueron creados —en su mayoría— para desarrollarse en los meses de bajas temperaturas, lo cierto es que se pueden jugar todo el año. Entre ellos están: el baloncesto, el fútbol, el vóley, el balonmano, el boxeo y el tenis de mesa.

CLASIFICACIÓN SEGÚN LOS ELEMENTOS QUE SE NECESITAN

- **Deportes de pelota**

Otra forma de clasificar los deportes es con los objetos que intervienen en su ejecución. En este caso, un balón, de diferente forma y tamaño. Los deportes de pelota suelen ser los más practicados y populares en todo el mundo. Algunos de ellos son: fútbol, béisbol, rugby, tenis, vóley, balonmano, baloncesto, pelota vasca, sóftbol y bádminton.

- **Deportes de combate**

En este tipo de deportes se enfrentan dos atletas, uno por equipo. El objetivo es derribar al contrincante, o bien, golpearlo de forma más eficiente durante el tiempo que dure la pelea. Entre los deportes de combate encontramos: el boxeo, la lucha libre, el muay thai, la esgrima, el judo, el taekwondo y el aikido.

- **Deportes acuáticos**

Esta es una gran familia de deportes, ya que incluye aquellos que se practican en el agua (natación, saltos, natación sincronizada, natación en aguas abiertas, waterpolo), sobre el agua (piragüismo, vela, surf, remo, esquí acuático, kitesurf) o bajo el agua (buceo o snorkel).

- ❖ Este es solo un tipo de clasificación de los deportes, ya que existen variadas clasificaciones, que dependen de teorías del movimiento, respuestas corporales, estrategias, implementos, etc.

2. Resuelve la siguiente sopa de letras.

CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Y | O | C | O | Z | M | F | O | E | X | L | N | M | U | K | Z | Z | R | F | D |
| L | O | B | Y | E | L | O | V | N | H | S | A | B | A | L | L | P | Y | Ñ | L |
| K | V | X | E | W | O | I | N | R | R | O | T | Y | V | A | V | N | Q | N | O |
| M | I | N | N | D | E | V | L | A | D | E | A | A | S | U | L | P | O | J | D |
| L | U | M | O | E | Ñ | L | I | U | R | K | I | T | M | D | X | E | X | N | N |
| X | Q | T | I | Ñ | T | P | J | T | D | E | U | V | Ñ | I | S | B | K | I | A |
| Z | S | G | C | Ñ | R | A | L | Z | C | F | V | F | N | V | R | J | V | N | W |
| S | E | M | A | Z | D | O | B | Ñ | E | E | Z | H | M | I | K | G | O | R | K |
| P | E | N | T | B | B | Ñ | O | M | O | C | L | M | N | D | U | T | S | P | E |
| N | Ñ | M | A | A | B | Ñ | N | D | O | Y | L | O | H | N | N | C | W | E | A |
| V | L | X | N | S | O | Q | Ñ | G | N | C | E | Ñ | C | I | V | A | N | O | T |
| K | M | J | E | Q | E | G | Z | M | L | I | Z | K | M | P | L | I | M | M | S |
| Y | Ñ | L | K | U | X | Y | E | O | B | Ñ | D | D | C | R | Y | S | Z | V | D |
| J | M | O | S | E | O | P | A | T | I | N | A | J | E | O | I | Q | O | O | E |
| B | Ñ | X | K | T | B | I | F | U | T | B | O | L | X | L | H | O | R | T | V |
| H | P | R | S | B | F | O | R | U | G | B | Y | W | C | Y | P | U | N | J | U |
| S | X | S | I | O | R | P | T | N | W | F | A | I | S | A | N | M | I | G | C |
| J | Z | S | N | L | M | X | T | P | J | Q | C | Ñ | P | A | M | A | K | Ñ | Y |
| Ñ | A | D | E | K | L | L | Z | D | A | T | L | E | T | I | S | M | O | E | Q |
| G | U | Q | T | A | I | K | I | D | O | C | V | E | L | A | A | S | S | P | T |

- AIKIDO
- ATLETISMO
- BÁDMINTON
- BÁSQUETBOL
- BOXEO
- CICLISMO
- COLECTIVO
- COMBATE
- ESGRIMA
- ESQUÍ
- FÚTBOL
- FUTSAL
- GIMNASIA
- HOCKEY
- INDIVIDUAL
- INDOOR
- INVIERNO
- JUDO
- KAYAK
- NATACIÓN
- PATINAJE
- RUGBY
- TAEKWANDO
- TENIS
- VELA
- VERANO
- VOLEYBOL

kokolikoko.com

Al finalizar tu trabajo debes archivar esta Guía 3 de Educación Física y Salud en tu carpeta.