



OBJETIVO DE APRENDIZAJE: 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).

ACTIVIDAD

- Buscar la imagen de los 5 implementos de la gimnasia rítmica siendo utilizado por la gimnasta, describir el implemento.
- Buscar la imagen de 3 destrezas básicas en la gimnasia artística y describir su técnica.

Ejemplos: gimnasia rítmica: El aro

Descripción:



Gimnasia artística : La invertida

Descripción:



CORREO ELCTRONICO: cisternarojasmarcela@gmail.com

Para cualquier consulta, duda o envío de trabajo.

IMPORTANTE

Realizar actividad física de forma regular trae beneficios físicos y psicológicos como: mejorar la movilidad articular y muscular, favorecer la salud cardiovascular, contribuir a mantener un peso adecuado, disminuir el estrés y reducir el riesgo de enfermedades como hipertensión, diabetes, colesterol y osteoporosis.