

GUÍA DE DIGITAL N7

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

CURSO: 7 ° BÁSICO

DOCENTE: GUILLERMO LAVADO

SEMANA: 25 AL 29 DE MAYO 2020

CONTACTO. guillermoesteban90@hotmail.com

JUNTO CON SALUDARTE Y DESEAR QUE HAYAS TENIDO UN EXCELENTE FIN DE SEMANA EN FAMILIA. NOS REENCONTRAMOS VIRTUALMENTE PARA SEGUIR AVANZANDO EN TUS APRENDIZAJES, Y, HACER DE ESTE PROCESO ALGO PRODUCTIVO Y DIVERTIDO PARA AMBOS.

1. OBJETIVOS Y CONTENIDOS CONCEPTUALES


OBJETIVO APRENDIZAJE	CONTENIDOS
<p>OA 02</p> <p>SELECCIONAR Y APLICAR ESTRATEGIAS Y TÁCTICAS ESPECÍFICAS PARA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS DURANTE LA PRÁCTICA DE JUEGOS O DEPORTES; POR EJEMPLO: UBICAR LA PELOTA LEJOS DE UN CONTRINCANTE, UTILIZAR LOS ESPACIOS PARA RECIBIR UN OBJETO SIN Oponentes, APLICAR UN SISTEMA DE JUEGO (UNO CONTRA UNO, TRES CONTRA TRES, ENTRE OTROS), ENTRE OTROS</p>	<p>ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTES COLECTIVOS, Y, CONOCIMIENTO Y APLICACIÓN DE REGLAS.</p>
<p>OBJETIVO CLASE</p>	<p>HABILIDADES</p>
<p>CONOCER Y ANALIZAR EN EL DEPORTE LA APLICACIÓN DEL REGLAMENTO.</p>	<p>ANALIZAR DESCRIBIR DEMOSTRAR</p>

2. GUIA

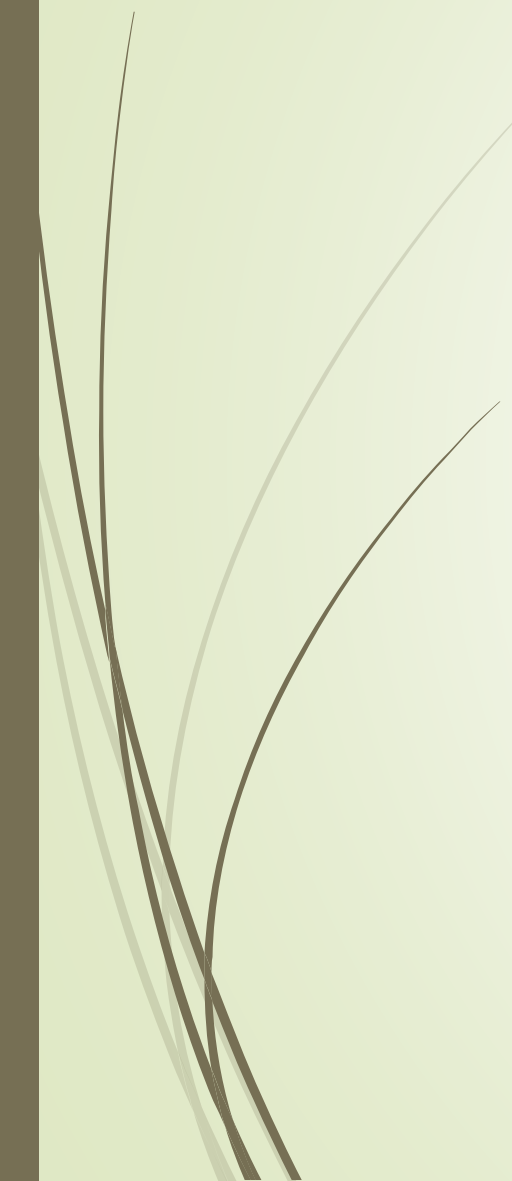


EN ESTA CLASE, CONOCEREMOS Y ANALIZAREMOS EL REGLAMENTO DE CIERTOS DEPORTES COLECTIVOS PRACTICADOS A MENUDO POR NUESTRA SOCIEDAD. LA POPULARIDAD DE UN DEPORTE U OTRO EN UN PAÍS, DEPENDERÁ SIMPLEMENTE DE LA HERENCIA CULTURAL QUE ESTE TENGA O DE LA UBICACIÓN GEOGRÁFICA DONDE TENDRÁ UN INTERCAMBIO CULTURAL MUY RICO.

POR EJEMPLO. CHILE, UN PAÍS DE ASCENDENCIA GENERALMENTE ESPAÑOLA, TRAE CONSIGO EN SU ADN, EL FUTBOL, QUE FUE EL DEPORTE QUE TRAJERON MISIONES POSTERIORES A LA COLONIZACIÓN QUE A SU VÉZ LA HEREDARON DE LA MASIFICACIÓN DEL FUTBOL DE INGLATERRA HACIA TODO EL CONTINENTE EUROPEO.



DESDE OTRA VEREDA, LA UBICACIÓN GEOGRÁFICA INFLUYE MUCHO EN LA PRÁCTICA MASIVA DE UN DEPORTE. POR EJEMPLO, VENEZUELA, PAÍS UBICADO AL NORTE DEL CONTINENTE SUDAMERICANO, Y PAÍSES DEL CARIBE COMO HONDURAS, GUATEMALA, COSTA RICA... TIENEN COMO DEPORTE MASIVO EL BASEBALL, QUE CASUALMENTE ES UN DEPORTE NACIONAL DE EE.UU, QUIÉN MASIFICÓ ESTE DEPORTE E HIZO EXTENSIÓN DE ESTE MISMO HACIA EL SUR.



➤ **FUTBOL Y SU REGLAMENTO**

- **EL FUTBOL ES UN DEPORTE COLECTIVO DE BALÓN, EN DONDE DOS EQUIPOS COMPUESTOS POR DIEZ JUGADORES DE CAMPO Y UN ARQUERO, SE ENFRENTAN CON EL OBJETIVO DE INTRODUCIR EL BALÓN EN EL ARCO RIVAL.**
- **A CONTINUACIÓN, REVISAREMOS LAS PRINCIPALES REGLAS PARA JUGAR OFICIALMENTE ESTE DEPORTE, Y ASÍ, ENTENDER EL SISTEMA DE FALTAS, COBROS, ANOTACIONES, CAMBIOS, ETC.**



SOBRE EL CAMPO

L A R G O

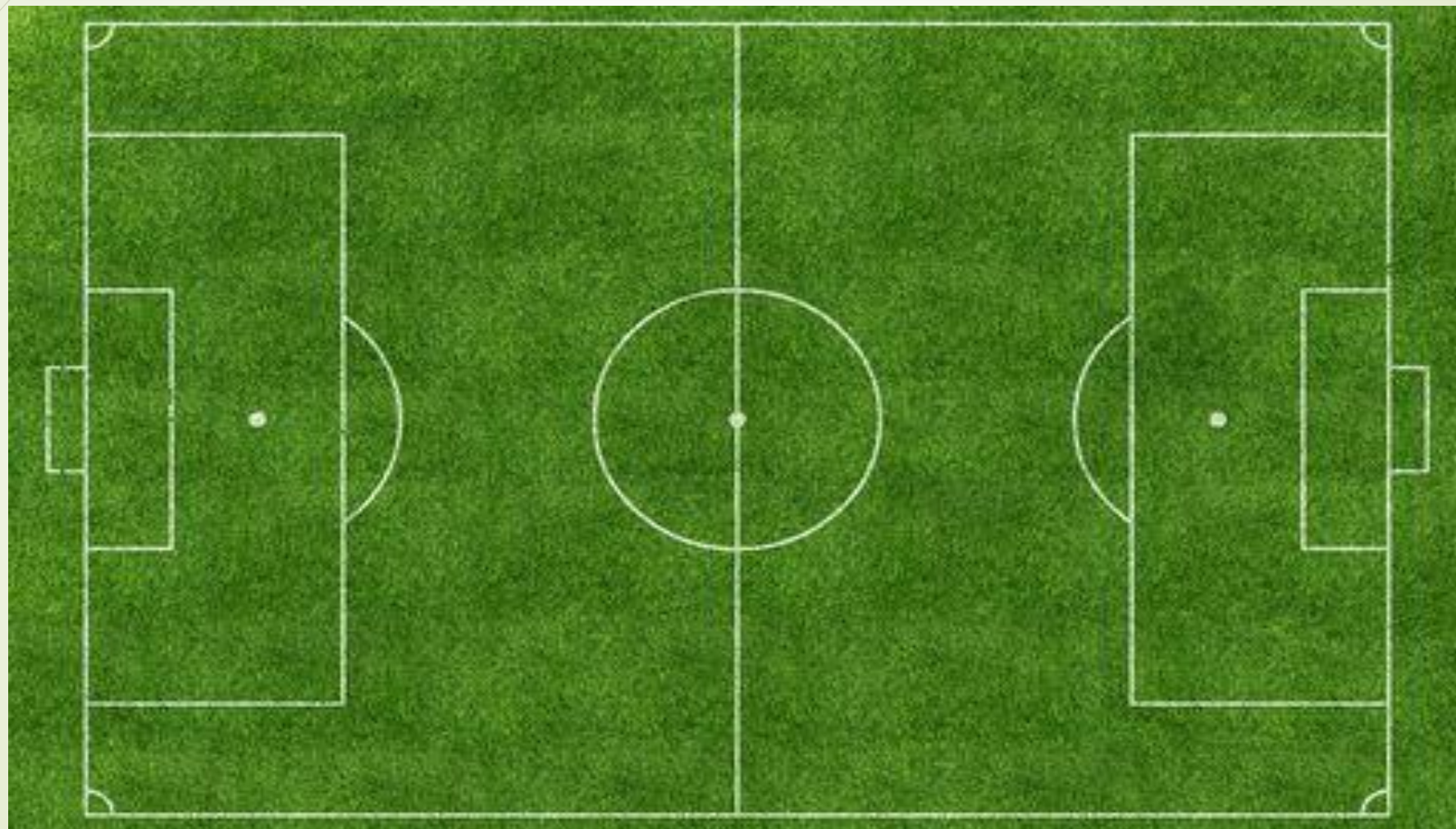
A



N

C

H

O



- 
- ▶ EL LARGO DEL CAMPO DEBE SER ENTRE 100 A 110 METROS.
 - ▶ EL ANCHO DEL CAMPO DEBE SER ENTRE 64 A 75 METROS.
 - ▶ EL CÍRCULO DELINEADO EN EL CENTRO DEL CAMPO TIENE UN RADIO DE 9,15 METROS.
 - ▶ EL ÁREA DEL ARQUERO ABARCA 5,5 METROS HACIA ADENTRO DEL CAMPO DESDE LOS POSTES.
 - ▶ EL BANDERÍN DE TIRO DE ESQUINA MIDE 1 METRO.
 - ▶ LA ALTURA DEL ARCO ES DE 2.44 METROS.
 - ▶ EL ANCHO DEL ARCO ES DE 7,32 METROS.
- 

SOBRE EL JUEGO


- CADA EQUIPO DEBE CONFORMARSE POR ONCE JUGADORES EN DONDE UNO DE ELLOS JUGARÁ COMO PORTERO O ARQUERO
- EL PARTIDO NO INICIARÁ SI UN EQUIPO TIENE MENOS DE SIETE JUGADORES.
- EL MÁXIMO DE SUSTITUCIONES SERÁ DE TRES, AGREGANDO UNA MÁS, EN CASO DE IR A *ALARGUE.
- UN JUGADOR PODRÁ RECIBIR UNA TARJETA AMARILLA, EN CASO DE COMETER UNA FALTA HACIA UN JUGADOR Oponente O REALIZAR UNA ACCIÓN INDEBIDA HACIA AL PÚBLICO.
- UN JUGADOR SERÁ EXPULSADO SI COMETE UNA INFRACCIÓN GRAVE HACIA UN JUGADOR Oponente O AL EQUIPO ARBITRAL.
- SERÁ CONSIDERADO GOL, CUANDO EL BALÓN TRASPASE EN MAS DE UN 50% LA LÍNEA TRAZADA BAJO EL POSTE SUPERIOR DEL ARCO.
- SERÁ CONSIDERADO SAQUE LATERAL, CUANDO EL BALÓN TRASPASE CUALQUIER DE LAS LÍNEAS LATERALES DEL CAMPO

3.TAREA

- ▶ CONTESTA LAS SIGUIENTES PREGUNTAS ACORDE AL TEXTO Y REGLAMENTO ANTES LEÍDO.
- ▶ ¿CUÁLES SON LAS MEDIDAS DEL LARGO Y ANCHO DEL CAMPO DE JUEGO?
- ▶ ¿QUÉ SUCEDERÍA SI UN JUGADOR INTRODUCE EL BALÓN EN EL ARCO DE SU PROPIO EQUIPO?
- ▶ LAS SANCIONES EN EL FUTBOL, VAN DESDE UNA AMONESTACIÓN VERBAL, TARJETA AMARILLA A TARJETAS ROJAS PARA INFRACCIONES MUY GRAVES. ¿CÓMO SANCIONARÍA USTED SI UN JUGADOR IMPIDE EL GOL DEL EQUIPO RIVAL CON LA MANO?
INVESTIGA Y REDACTA BREVEMENTE, UN HECHO FUTBOLÍSTICO DONDE HAYA OCURRIDO ESTA SITUACIÓN.

Redacta sobre un hecho futbolístico que te haya marcado personalmente, o, investiga acerca de uno.



- 
- ▶ Si realizan ejercicio físico, de preferencia dentro de casa, hidrátense bien durante y después. Además, aliméntense saludablemente durante este proceso de confinamiento.
 - ▶ **UN GRAN ABRAZO A USTEDES Y SU FAMILIA.**
- 