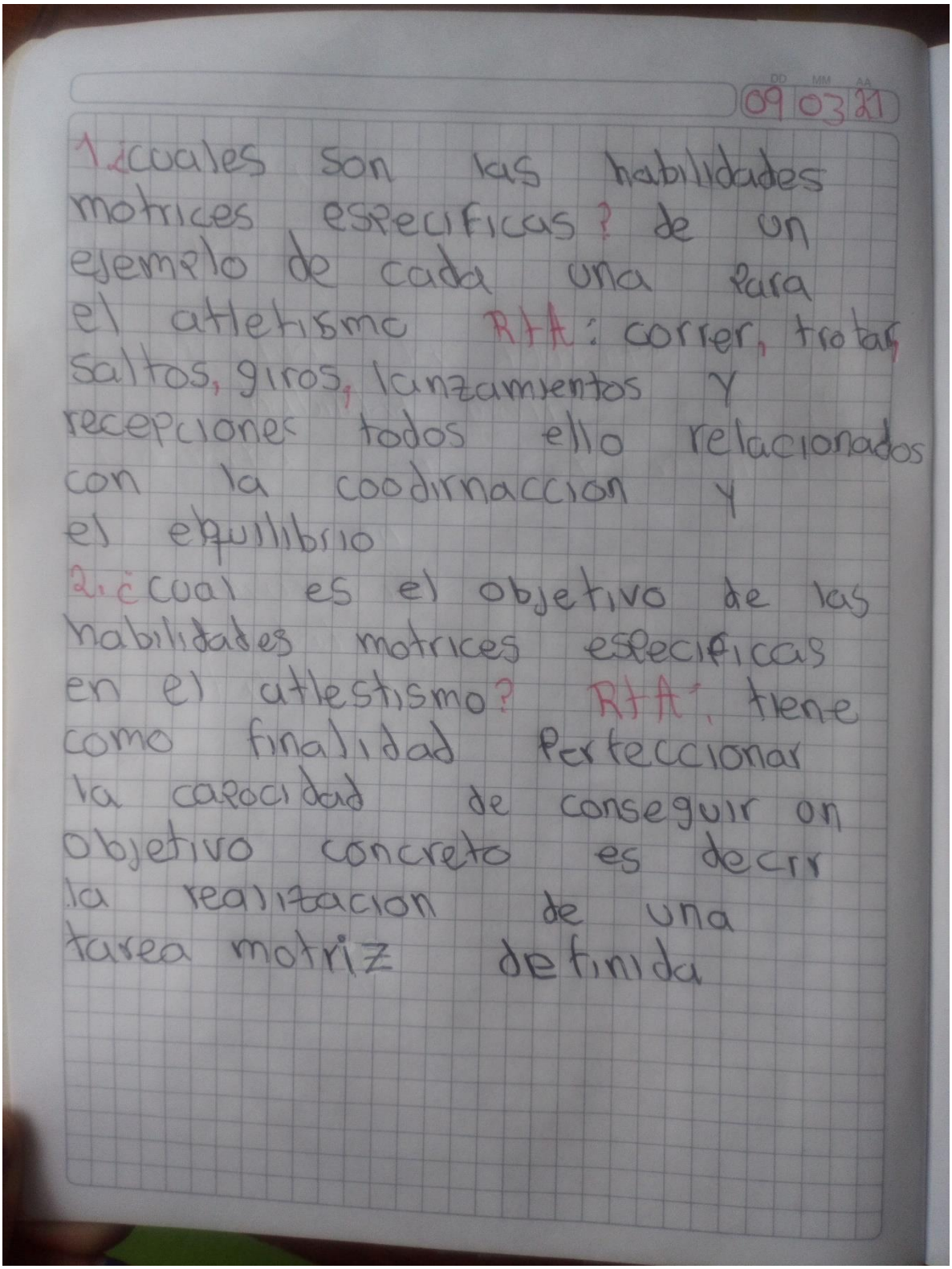
Trabajo de educación fisica

Tema	Adaptación de técnicas básicas del atletismo



09 03 21

1. ¿cuales son las habilidades motrices especificas? de un ejemplo de cada una para el atletismo R/A: correr, trotar, saltos, giros, lanzamientos y recepciones todos ello relacionados con la coodirnaccion y el equilibrio

2. ¿cual es el objetivo de las habilidades motrices especificas en el atlestismo? R/A: tiene como finalidad perfeccionar la capocidad de conseguir un objetivo concreto es decir la realizacion de una tarea motriz definida

Jacqueline Suarez herazo grado 602

Atletismo

09 03 21

3. Segun el texto que significa un buen ajuste del cuerpo

RtA: es el conjunto que permiten al cuerpo organizar mejor las acciones y prepararse de una manera ma eficiente para actividades motoras con una buena ocupacion en el espacio

4. A que prueba de atlestimo corresponde

a) 100 mts

b) prueba de revelos

d) maraton

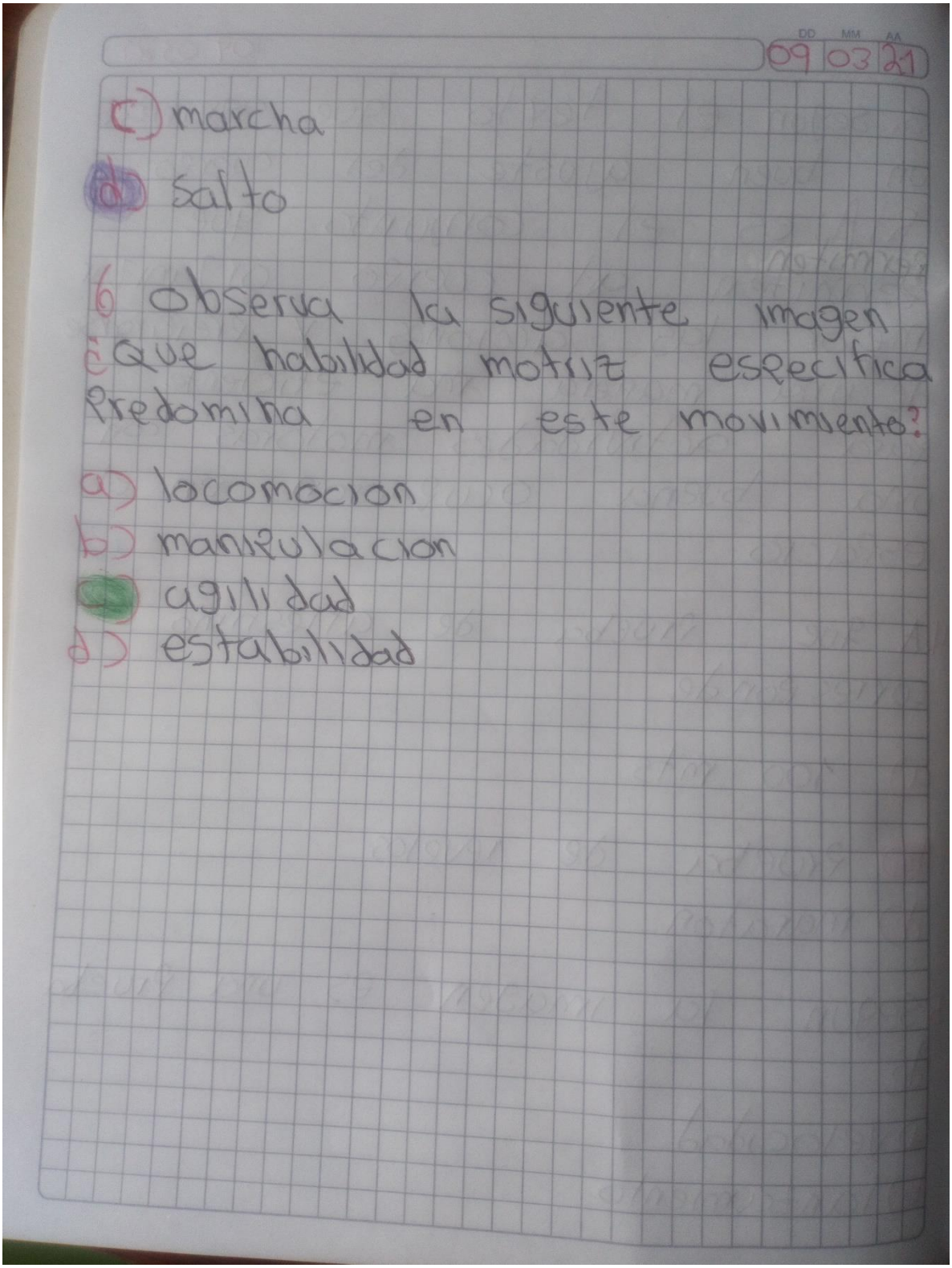
5. Segun la imagen es una prueba de

a) velocidad

b) lanzamiento

Jacqueline Suarez herazo grado 602

Foto 3.



DD MM AA 09 03 21

c) marcha

d) salto

6 observa la siguiente imagen ¿que habilidad motriz especifica predomina en este movimiento?

a) locomocion

b) manipulacion

c) agilidad

d) estabilidad

Jacqueline Suarez herazo grado 602

Foto 4.

15 03 21

Resumen del atletismo

el atletismo es considerado uno de los deportes mas antiguos del mundo debido a que su aparicion data de las primeras olimpiadas que se llevaron a cabo en la antigua Grecia durante el año 776 a.C. pero fue en europa durante el siglo XIX que se establecieron muchas de las reglas y disiplinas

Jacqueline Suarez herazo grado 602