



NOMBRE DEL DOCENTE: PABLO LEANDRO CASTRO ARIAS
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA GRADO: SEXTO GRUPO: 1 y 2
Correo: pcastroierbelgica@gmail.com Celular: 3502498215
NOMBRE DEL ALUMNO: _____ 6-_____

Taller #9

Habilidades gimnásticas básicas y modalidades de la gimnasia

La gimnasia es una disciplina deportiva en la que se ejecutan secuencias sistemáticas de ejercicios físicos donde se desarrollan distintas habilidades corporales, como la fuerza o la elasticidad. En el taller #7 se desarrollaron conceptos de habilidades gimnásticas básicas y en el taller #8 se fortalecieron estos elementos, a partir del parkour.

Buscaremos en este taller, consolidar conceptos sobre las habilidades gimnásticas básicas y conocer de manera más amplia las diferentes modalidades de la gimnasia. Las 2 hojas del taller, disponen de espacio para desarrollar las diferentes actividades.

1- Consulta complemento de habilidades gimnásticas básicas.

Con base a los elementos vistos en el taller #7 sobre habilidades gimnásticas básicas, debes consultar sobre cada una de ellas y llenar el campo de descripción y con un dibujo o figura de recortes, debes complementar en el siguiente campo. Te puedes guiar por las figuras y los videos presentados en el taller #7

BLOQUEOS O GAINAGE.	PARADA DE MANOS (PINO) E INVERSIONES.	RUEDA LATERAL Y RONDADA.
Descripción del movimiento	Descripción del movimiento	Descripción del movimiento
Dibujo de la figura o secuencia	Dibujo de la figura o secuencia	Dibujo de la figura o secuencia
VOLTEOS - ROLLOS (ADELANTE Y ATRÁS).	PUENTE Y REMONTE.	CAÍDA RUSA COMO PARTE DEL FLIC-FLAC.
Descripción del movimiento	Descripción del movimiento	Descripción del movimiento
Dibujo de la figura o secuencia	Dibujo de la figura o secuencia	Dibujo de la figura o secuencia



2- Modalidades de la gimnasia.

En el grafico se muestran las diferentes modalidades de la gimnasia, con su respectiva clasificación. Para cada una de las modalidades, debes realizar un dibujo o figura de recortes, que describa de la manera más amplia posible, la correspondiente modalidad.

