

FICHA DE ASIMILACIÓN DE CONCEPTOS

LAS CUALIDADES MOTRICES HOCKEY

1. RELACIONA LAS SIGUIENTES DEFINICIONES CON LAS CUALIDADES MOTRICES CORRESPONDIENTES:



Son los movimientos más sencillos que el cuerpo puede hacer.



Es la cualidad que poseemos para sostener cualquier posición del cuerpo en contra de la ley de la gravedad.



Es la capacidad que tenemos de dominar nuestro cuerpo en el espacio con rapidez y eficacia.



Movimiento realizado con la totalidad del cuerpo que permite ajustar lo que quiero hacer con lo que realmente hago.



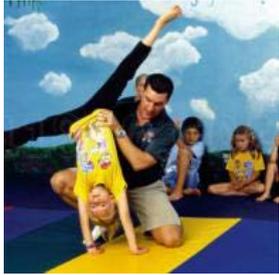
Movimiento con una parte del cuerpo que permite ajustar lo que quiero hacer con lo que realmente hago.

- A** COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL
- B** AGILIDAD
- C** EQUILIBRIO
- D** COORDINACIÓN SEGMENTARIA
- E** HABILIDADES BÁSICAS

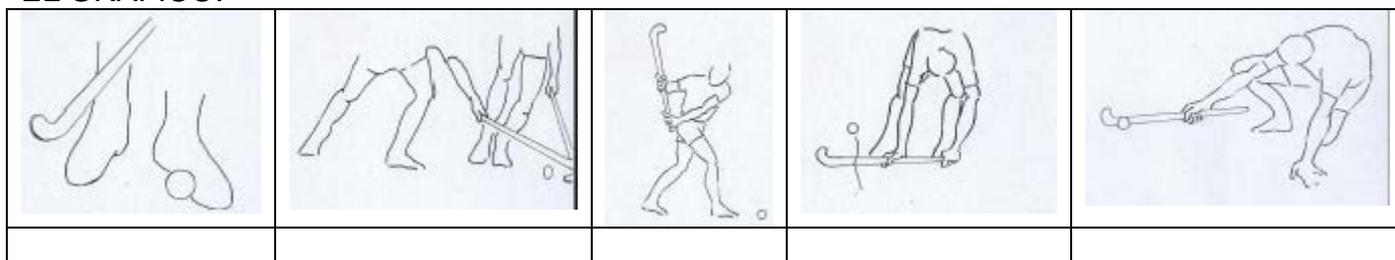
2. Completa: las habilidades básicas son: desplazamientos, _____,

_____, _____, _____,

3. INDICA EN LAS SIGUIENTES FIGURAS, A QUÉ CUALIDAD MOTRIZ CORRESPONDEN?

4. SON DEPORTES Y/O ACTIVIDADES FÍSICAS QUE DESARROLLEN EL EQUILIBRIO ESTÁTICO: permanecer sobre un pie, varias posturas de yoga, figuras de acrosport, hacer el pino,...
5. SON DEPORTES Y/O ACTIVIDADES FÍSICAS QUE DESARROLLEN EL EQUILIBRIO DINÁMICO: andar en bicicleta, esquiar, andar en patines, snowboard, ...
6. SON DEPORTES Y/O ACTIVIDADES FÍSICAS QUE DESARROLLEN LA COORDINACIÓN SEGMENTARIA: malabares, saque de bádminon, golpes en bádminon, golpes de tenis, batear en béisbol, chutar un balón con el pie,...., TIRAR A CANASTA EN BALONCESTO,...
7. SON DEPORTES Y/O ACTIVIDADES FÍSICAS QUE DESARROLLEN LA AGILIDAD: salto con pértiga, salto de altura, gimnasia acrobática, parkour,...
8. SON DEPORTES Y/O ACTIVIDADES FÍSICAS QUE DESARROLLEN LA COORDINACIÓN GENERAL: ATLETISMO, NATACIÓN,...
9. PON EN PALABRAS LA INFRACCIÓN AL REGLAMENTO DE HOCKEY QUE REPRESENTA EL GRÁFICO:



10. ESCRIBE TÚ A CONTINUACIÓN OTRAS INFRACCIONES QUE NO APARECEN EN LA PREGUNTA ANTERIOR:

11.