NOMBRE DEL ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**OBJETIVO**: ejecutar eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

**Los saltos**

**Saltar** es una habilidad motora en la que el cuerpo se suspende en el aire debido al impulso de una o ambas piernas. El **salto** tiene variaciones en la marcha y carrera, entrando en acción factores como la fuerza, equilibrio y coordinación

**Las partes de un salto son**



Saltando puedo superar obstáculos, coger cosas que estén muy alta o tocar un timbre.

1. Escribe ejemplos de la vida cotidiana en los que utilices los saltos.

* Saltar un charco en la calle.
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Piensa en dos deportes en los que se utilicen los saltos. Dibújalos y di sus nombres. ¿Cómo es el

salto que se realiza?



**¿Qué pasa con mi cuerpo cuando realizo alguna actividad?**

Cuando se realiza cualquier ejercicio, se juega o se practica un deporte no se mueven igual los brazos y las piernas, ni siquiera ambos brazos o ambas piernas realizan los mismos movimientos a la vez.

3. Observa los dibujos e indica qué hacen las piernas y los brazos en las siguientes acciones.





4. Realiza los siguientes ejercicios de saltos en casa <https://www.youtube.com/watch?v=HaSUb99iRHs>, envía las evidencias al correo institucional de la profesora.

