



## COLEGIO REFOUS

<b>Asignatura</b>	Educación Física Modalidad Salto
<b>Grado</b>	6°-7°-8°-9°-10°-11°
<b>Profesor</b>	Yuri Manuel Galindo Rojas
<b>Semana</b>	16 – 21 Marzo

### Desarrollo

#### **Actividad Grado 6°**

- Investigar qué es y cómo se realiza el patrón motriz de saltar.
- Investigar cómo es el apoyo correcto de los pies en cualquier salto.
- Cuáles son las recomendaciones generales para los saltos.

#### **Actividad Grado 7°**

- Investigar qué es salto largo.
- Investigar cuál es la primera fase de salto largo y cómo se realiza.
- Investigar cuál es la segunda fase de salto largo y cómo se realiza.

#### **Actividad Grado 8°**

- Investigar qué es salto alto estilo tijera.
- Investigar cuál es la primera fase de salto alto estilo tijera y cómo se realiza.
- Investigar cual es la segunda fase de salto alto estilo tijera y como se realiza.

#### **Actividad Grado 9°**

- Investigar qué es salto alto estilo rollo ventral.
- Investigar cuál es la primera fase de salto alto estilo rollo ventral y cómo se realiza.
- Investigar cual es la segunda fase de salto alto estilo rollo ventral y como se realiza.

#### **Actividad Grado 10°**

- Investigar qué es salto triple.
- Investigar cuál es la primera fase de salto triple y cómo se realiza.
- Investigar cual es la segunda fase de salto triple y como se realiza.

#### **Actividad Grado 11°**

- Realizar una reseña de la técnica general de salto largo y triple.
- Reglamento general de salto largo y triple (medidas del pasillo, foso, y tabla de batida).

Profesores de Educación Física