

Nombre: _____ Grado: ____: Grupo: ____ Fecha: **07 mayo 2021**

Aprendizaje esperado: Quien persevera alcanza

ACTIVIDAD: Reflexionar acerca de los límites y posibilidades personales para la práctica de la actividad física.

INICIO

Observa el vídeo que se te envió al Grupo de WhatsApp de Alumnos o bien puedes acceder desde la siguiente liga: <https://www.youtube.com/watch?v=NpWgLVQ7gkU> donde te recomendaran sugerencias para identificar tus límites y potencialidades para practicar algún deporte.

DESARROLLO

A continuación, realiza la siguiente actividad.

De acuerdo a lo que observaste en el vídeo, contesta lo que se te solicita

• ¿Qué es un deporte o actividad física adaptada?



• ¿Qué son los juegos paraolímpicos?

• ¿Qué puede suceder si se practica un deporte o ejercicio de manera discriminada?

• ¿Describe si tienes algún impedimento para practicar ejercicio o algún deporte, y si tienes potencialidades para alguna actividad física?

• ¿Por qué se recomienda acercarte o inscribirte a una federación o club deportivo?