

Educación Física y salud 8° básico / Unidad 1 / OA1;2 / Actividad 4

Gimnasia artística

Esta actividad consiste en simular un pequeño puente, con una viga de equilibrio o una banca sueca, que los alumnos deben tratar de cruzar en equipos de 5 personas. La idea es que se ubiquen uno al lado del otro, lo más cerca posible, sobre el puente (viga). El último integrante, que es el que está más cerca de un extremo del puente, tiene que pasar hasta el otro lado con la ayuda de todos sus compañeros sin tocar el piso; los compañeros no se mueven de su lugar, solo pueden girarse y sostener al que va pasando, sin salirse del puente. Así deben trasladarse todos de un extremo a otro hasta que queden en la posición inicial. Tienen que seleccionar tácticas y estrategias para poder cumplir la tarea.