



COLEGIO NIRVANA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
NIVEL: 1eros y 2dos medios
PROFESORA: Roxany Arroyo del Valle

GUIA DE ESTUDIO
“DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS”

¿QUE SABES DE LOS DEPORTES COLECTIVOS?

Los **deportes colectivos** son aquellas actividades en las que participa un grupo de personas con fines comunes para alcanzar un objetivo común: competir constructivamente.

Existen dos grandes grupos de deportes colectivos diferenciados por el tipo de acciones que desarrollan:

- **Deportes de oposición-cooperación**
- **Deportes de cooperación**

Esto se debe a la existencia de una continua relación entre los jugadores del propio equipo (colaboración) y los del equipo contrario (oposición).

Los **deportes colectivos** presentan las siguientes características:

- a) La cooperación
- b) La oposición
- c) La presencia de dos o más jugadores
- d) La interrelación de los mismos
- e) Los espacios
- d) El móvil (ej. Balón)

a) Cooperación: Los componentes del equipo colaboran entre sí para conseguir un objetivo. Los movimientos, gestos y desplazamientos de los deportistas están orientados a que todo el equipo consiga hacer puntos (balonmano) no perder un punto (tenis dobles), marcar gol (fútbol), encestar (baloncesto), llegar antes a un lugar (vela, remo) etc...

b) Oposición: Los individuos participantes se enfrentan entre sí, con objetivos contrapuestos.

c) Dos o más jugadores: Si los equipos sólo tienen un jugador se estaría ante deportes individuales o deportes de adversario. Deben existir al menos dos jugadores por equipo para poder interrelacionarse con el móvil: voleibol playa, tenis de mesa dobles, etc...

d) Se oponen a otros jugadores: A la vez que el equipo pretenden alcanzar el objetivo, deben intentar evitar que otro u otros equipos contrarios lo consigan antes o más veces. Los objetivos en defensa sería: recuperar el móvil, impedir el avance del contrario y evitar el gol.

e) Pueden desarrollan el juego en el mismo espacio: La participación puede ser simultáneamente en el mismo espacio de juego (waterpolo) o alternativamente (voleibol).

f) Se pueden interrelacionar a través de un móvil: habrá que llevar a una meta el mayor número de veces posible para conseguir más puntuación que el otro equipo.

¿QUE SABES DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES?

Los deportes individuales son aquellos en los que el deportista realiza una actividad él solo, para superar un objetivo que puede ser:

- a) **Medible por el tiempo** (carreras de atletismo, motociclismo)
- b) **La distancia** (lanzamiento de peso, jabalina, saltos en esquí)
- c) **Una ejecución técnica** (natación sincronizada, saltos de trampolín)
- d) **Precisión y control de un gesto** (tiro con arco, billar, golf).



DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA
NIVEL: 1eros y 2dos medios
PROFESORA: Roxany Arroyo del Valle

GUIA DE TRABAJO
“DEPORTES INDIVIDUALES Y COLECTIVOS”

CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES

I.- NOMBRA 06 DEPORTES SEGÚN LO SOLICITADO EN EL SIGUIENTE CUADRO SEGÚN CORRESPONDA.

DEPORTES INDIVIDUALES		DEPORTES COLECTIVOS	
SIN OPOSICIÓN NI COLABORACIÓN	CON OPOSICIÓN SIN COLABORACIÓN	SIN OPOSICIÓN Y CON COLABORACIÓN	CON OPOSICIÓN Y COLABORACIÓN
EJEMPLO: TIRO	EJEMPLO: JUDO	EJEMPLO: ATLETISMO (RELEVOS)	EJEMPLO: FÚTBOL
1.-	1.-	1.-	1.-
2.-	2.-	2.-	2.-
3.-	3.-	3.-	3.-
4.-	4.-	4.-	4.-
5.-	5.-	5.-	5.-
6.-	6.-	6.-	6.-