

PROGRAMA DE REFUERZO ESTIVAL



LENGUA Y MATEMÁTICAS

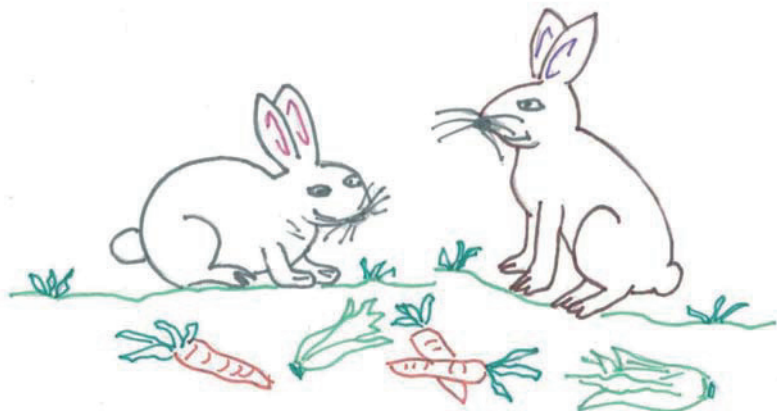
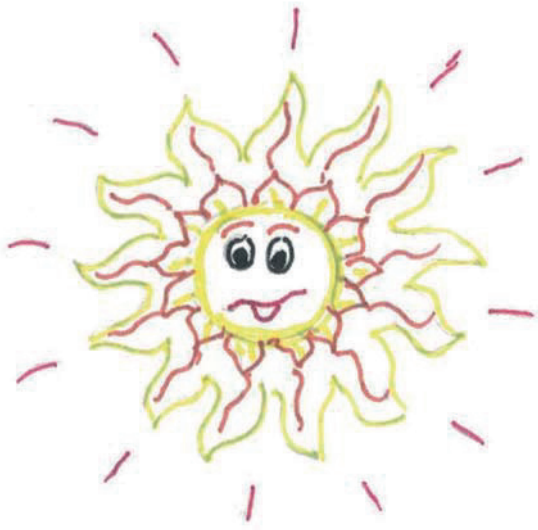
Material didáctico para
Educación Primaria

EL BOSQUE ANIMADO

Material didáctico para
Educación Primaria

Programa de refuerzo
educativo y deportivo en
periodo estival

Primer Ciclo de Educación
Primaria



ÍNDICE

| | |
|-------------------------------------|----|
| 1. Situación | 5 |
| 2. Comienzo..... | 6 |
| 3. El roble..... | 7 |
| 4. Los escarabajos..... | 7 |
| 5. Los elfos | 8 |
| 6. El pato | 9 |
| 7. El río..... | 9 |
| 8. Las libélulas | 10 |
| 9. Las mariquitas | 11 |
| 10. Las serpientes | 11 |
| 11. Los saltamontes | 12 |
| 12. El pájaro carpintero..... | 12 |
| 13. Los gusanos..... | 13 |
| 14. La lagartija | 14 |
| 15. El topo..... | 15 |
| 16. Las piedras | 16 |
| 17. El huerto | 17 |
| 18. El limonero | 19 |
| 19. Las gallinas | 20 |
| 20. El espantapájaros | 20 |
| 21. Los conejos y las liebres | 21 |
| 22. El sol..... | 21 |
| 23. El búho..... | 22 |
| 24. La ardilla | 23 |
| 25. La escuela | 24 |
| 26. La pizarra | 25 |
| 27. Las mariposas | 25 |
| 28. Las abejas | 26 |
| 29. Las luciérnagas | 27 |
| 30. El hada y el tesoro | 28 |
| Final | 30 |



El bosque animado

1. SITUACIÓN

A lo largo de este trabajo, te vas a embarcar en una maravillosa aventura muy divertida, entretenida y atractiva, donde vas a repasar todo lo que has aprendido en el cole con tus profesores y profesoras durante todo el primer ciclo de Educación Primaria.

¿Y cómo lo vas a hacer? Te vas a adentrar en un gran bosque animado, donde todos sus habitantes tienen mucha actividad y conviven en un entorno de amistad y de paz. ¿Puedes imaginar este gran bosque tan misterioso?

En este bosque hay un tesoro bien escondido que debes encontrar. Y para conseguirlo, debes superar todas las pruebas que hay en el camino que vas a recorrer.

Las pruebas son muy sencillas, ya que son actividades que tratan los contenidos que has aprendido en tu colegio.

El bosque tiene abundante vida. En él habitan muchos animales, desde pequeños insectos hasta aves, mamíferos o peces. Entre sus plantas, hay robles, nogales o castaños que sirven de vivienda para pequeños animales y preciosas flores como margaritas, violetas o amapolas que alimentan a algunos insectos. Incluso existen algunos personajes especiales muy interesantes.

Todos estos habitantes son muy inteligentes. Les encanta proponer pruebas que debes resolver o puedes colaborar en sus actividades cotidianas. Solo así, podrás llegar al final del camino y encontrar el preciado tesoro.

¿Estás preparado o preparada?

¡Empieza la aventura!

2. LAS HORMIGAS

Es primavera y en "El bosque animado" hay una explosión de luz y color. Muchos de los animales que hibernaban durante el frío invierno, ya han despertado. El sol brilla dejando una temperatura cálida, lo que hace que las flores hayan brotado dejando ver sus intensos colores y oler sus agradables aromas. Hay una intensa vida en todos sus habitantes...

Acabas de entrar en "El bosque animado" y muy cerca encuentras a muchas hormigas muy afa- nosas en su trabajo. Las hormigas son animales que siempre están almacenando alimento en su hormiguero para toda su comunidad.

Deben llevar un registro del número de alimentos que van almacenando. Por eso, les encantan los números. ¿Puedes ayudarlas a contar completando estas tablas?

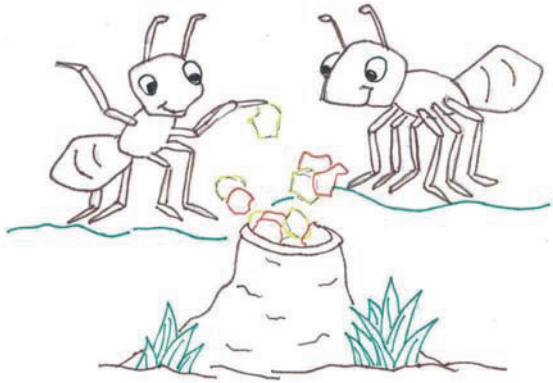


Tabla de primero:

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 0 | 1 | 2 | | 4 | | 6 | 7 | | |
| 10 | | 12 | 13 | | 15 | 16 | | | 19 |
| | 21 | | 23 | | 25 | | 27 | | 29 |
| | | 32 | | 34 | | 36 | | 38 | |
| 40 | 41 | 42 | 43 | | | 46 | 47 | | 49 |
| | 51 | | | 54 | 55 | | | 58 | |
| | | 62 | 63 | | 65 | 66 | 67 | | |
| 70 | 71 | | 73 | | | 76 | | 78 | 79 |
| | | 82 | | 84 | | 86 | 87 | | |
| 90 | 91 | | 93 | | 95 | | | 98 | |

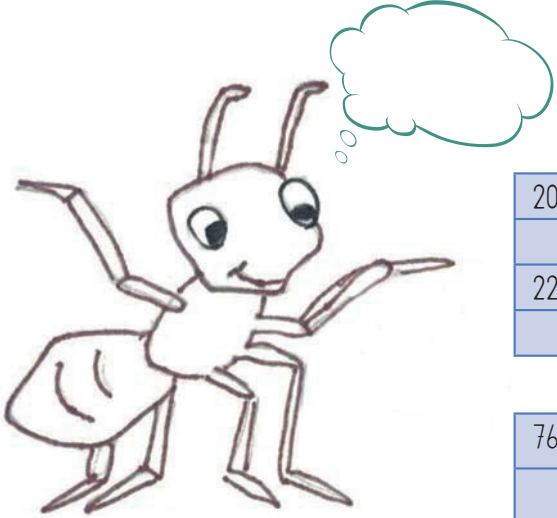


Tabla de segundo:

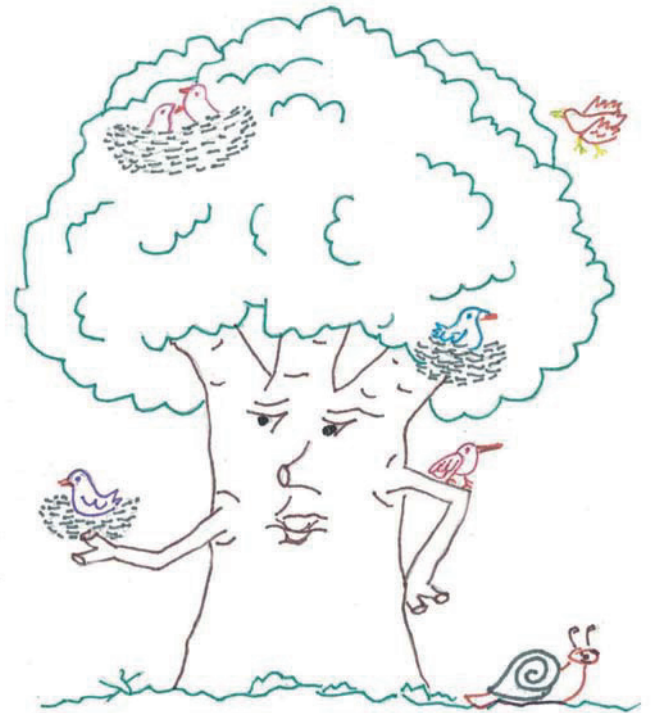
| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 200 | | 202 | | 204 | | 206 | | 208 | |
| | 211 | | 213 | | 215 | | 217 | | 219 |
| 220 | | | 223 | | | 226 | | 228 | |
| | 231 | | | 234 | | | 237 | | |

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 760 | | 762 | | | 765 | 766 | | | 769 |
| | 771 | | | 774 | | 776 | | 778 | |
| 780 | | | 783 | | 785 | | 787 | | |
| | 791 | 792 | | | | 798 | | 799 | |

3. EL ROBLE

¡Ya tienes la primera prueba superada! Así que continúas caminando y encuentras un gran árbol con un porte majestuoso y amplias ramas. Es un gran roble lleno de nidos. ¿Qué habrá dentro de cada nido? Hay aves de muchos tipos.

Aquí tienes la siguiente prueba.
¿Sabes lo que es un nombre?
Existen diferentes tipos.
Escribe 4 nombres de:



Aves:

Árboles:

Insectos:

Flores:

4. LOS ESCARABAJOS

¿Qué es ese ruido? Parece que el suelo vibra... Ahí viene un desfile de escarabajos negros y brillantes empujando las bolas de estiércol que recogen. Ten cuidado, si no te apartas, te aplastarán. Resuelve el siguiente problema que te creará un escudo protector.

Problema de primero:

En un bosque hay 78 escarabajos y llega una iguana que se come a 25. ¿Cuántos escarabajos quedan?

Datos

Operación

Solución

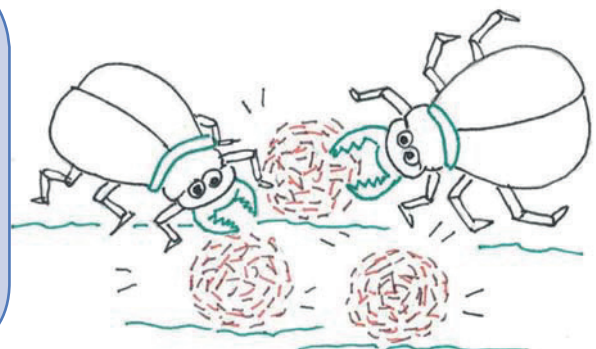
Problema de segundo:

En un bosque hay 8 escarabajos que recogen 7 bolas de estiércol cada uno. ¿Cuántas bolas de estiércol recogen en total?

Datos

Operación

Solución



5. LOS ELFOS

En este bosque animado viven unos personajes especiales que se dejan ver de vez en cuando. Vas a tener suerte, porque has llegado a su poblado, que está formado por grandes setas rojas y anaranjadas. Estos personajes son pequeños duendecillos muy alegres y risueños llamados elfos.

Seguro que ya los estás viendo. Puedes hacer una descripción de un elfo. No olvides poner cómo es su aspecto físico, su ropa y su carácter. Realiza también un dibujo con todos los detalles. A ellos y ellas les encantará y sumará otra prueba superada.

Descripción de un elfo:



6. EL PATO

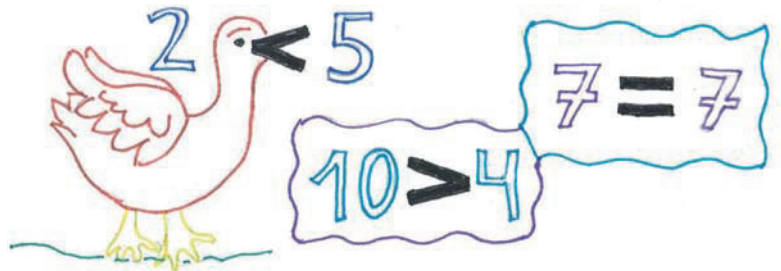
Si sigues caminando por el camino que se abre a tu izquierda, para llegar a un río donde también hay mucha vida. Puedes ver peces, patos, ranas y plantas acuáticas como los nenúfares.

Resulta muy curioso que el pico de los patos se parece mucho al signo mayor o menor. Y nos servirá para recordar que cuando un patito tiene mucha hambre, se comerá siempre al número más grande. ¿Eres capaz de colocar esos signos?

Coloca el signo mayor, menor o igual: >, <, =, como en el ejemplo:

Tabla de primero:

| | | |
|---------|---------|---------|
| 27 < 45 | 80 = 80 | 9 < 99 |
| 76 < 66 | 94 < 49 | 31 < 31 |
| 14 < 42 | 38 < 38 | 97 < 53 |



| | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 319 < 374 | 485 < 560 | 600 < 160 |
| 888 < 878 | 900 < 900 | 121 < 212 |
| 99 < 999 | 735 < 936 | 562 < 133 |

Tabla de segundo:

7. EL RÍO

Y de pronto, en el río aparece un barquero, que se encarga de cruzar de orilla a orilla a los habitantes que lo necesitan en su barca en forma de nuez. ¿Quieres cruzar en ella?, solo hay una condición para poder hacerlo: debes recitar el abecedario con los ojos cerrados y después colorear el que te encuentras a continuación.



8. LAS LIBÉLULAS

Mira cuantas libélulas revoloteando a tu alrededor. Las libélulas son insectos que tienen los ojos muy grandes en comparación con su cuerpo. Este hecho hace que tengan una excelente visión panorámica y simbolizan el poder, la agilidad y la victoria. Así que fíjate que animal más interesante.

¿Qué querrán decirte las libélulas? ¡Prueba a seguirlas!

Te han llevado hasta el viejo castaño que sigue muy frondoso a pesar de su edad. Debes dibujarlo en el centro del rectángulo. Arriba del castaño, dibuja un pájaro. Abajo del árbol dibuja una rana. A la derecha del árbol dibuja una flor y a la izquierda, un conejo:

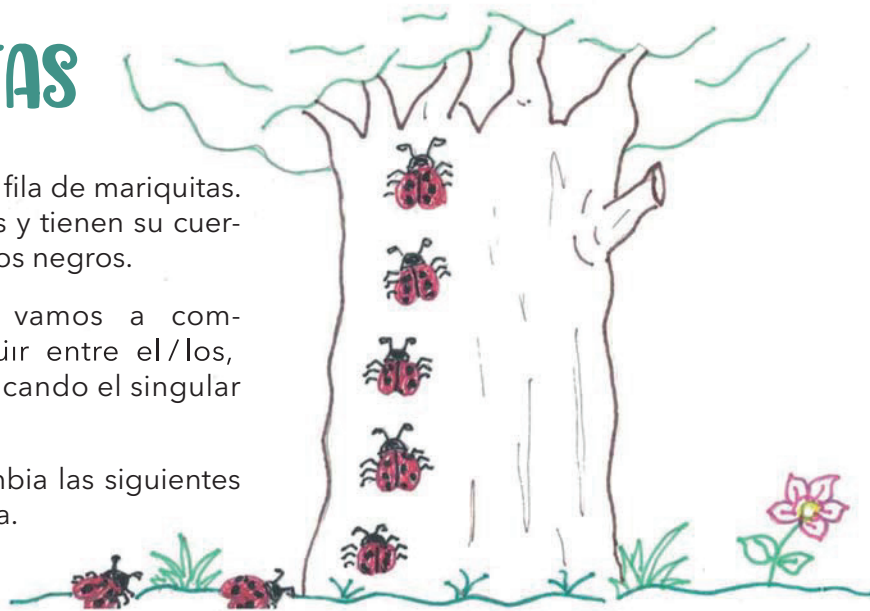


9. LAS MARIQUITAS

Por el tronco del castaño suben una fila de mariquitas. Las mariquitas también son insectos y tienen su cuerpo de color rojo brillante con puntitos negros.

Como hay muchas mariquitas, vamos a comprobar si eres capaz de distinguir entre el/los, la/las, un/unos, una/unas, practicando el singular y el plural.

Ahí tienes la siguiente prueba. Cambia las siguientes frases de singular a plural y viceversa.



El fruto del castaño es la castaña.

.....

Las mariquitas suben por los árboles.

.....



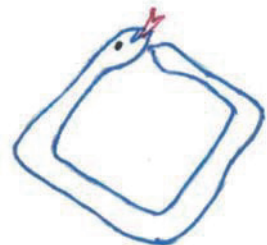
10. LAS SERPIENTES

Ten cuidado, que hay una serpiente cruzando el camino. Las serpientes son reptiles y no todas son venenosas. Y ¡mira!, aparecen 3 más... Se han parado adoptando diferentes formas de líneas, ¿puedes escribir el nombre de estas líneas?

Ahí tienes unas pistas que debes colocar con cada serpiente: línea curva cerrada - línea poligonal - línea curva abierta - línea recta



.....



.....

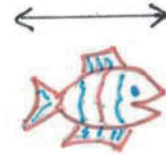
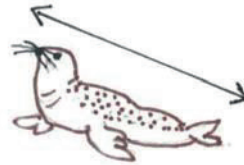
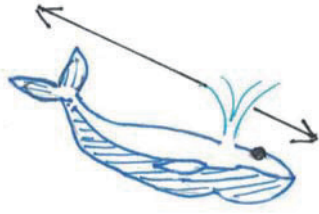
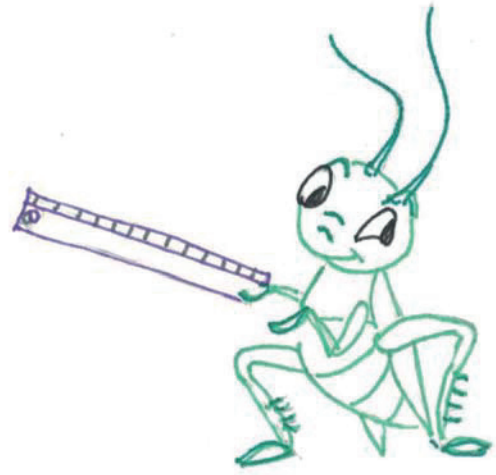


.....

11. LOS SALTAMONTES

A los saltamontes les encanta dar saltos de un lado para otro, ¿los puedes ver? Los saltos que dan pueden ser muy pequeños o muy grandes,

Cuando medimos con una regla, también podemos dar saltos de un extremo de la medida al otro. Prueba a medir estos animales con una regla dando saltos desde la medida 0 de un extremo, hasta el otro extremo. Anota la medida y habrás superado esta prueba. Recuerda que vas a medir en centímetros: cm.



..... cm

..... cm

..... cm

..... cm

12. EL PÁJARO CARPINTERO

Entre las aves que viven en el bosque, hay una que destaca por su habilidad para abrir agujeros en los troncos de los árboles. Es el pájaro carpintero, que tiene un pico largo, fuerte y muy afilado, tanto que, en este bosque ayuda a otros animales a socavar sus casas dentro de los troncos.

Esta ave es muy singular ya que además de los agujeros, adorna los troncos de los árboles grabando con su pico diferentes números con cifras y letras. Ayúdale con algunos uniendo los números con sus cifras.



27 noventa y nueve
 99 cincuenta
 64 treinta y uno
 50 sesenta y cuatro

Tabla de primero:

582 setecientos
 841 ochocientos cuarenta y uno
 674 quinientos ochenta y dos
 700 seiscientos setenta y cuatro

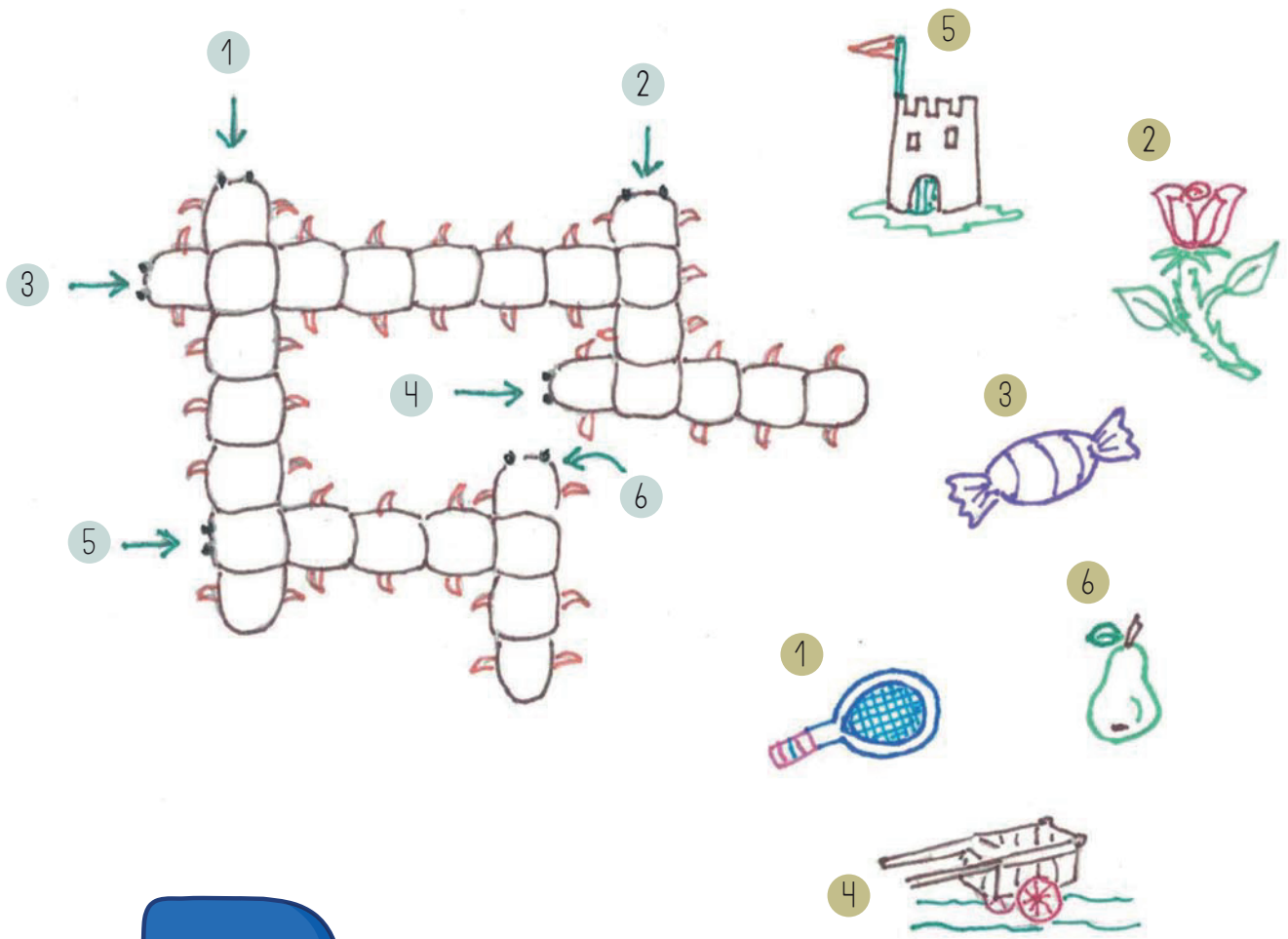
Tabla de segundo:

13. LOS GUSANOS

Sigues caminando y ¡cuidado!, no vayas a pisar a los gusanos que desfilan por la orilla del camino con su divertido movimiento; éstos alargan y contraen su musculoso cuerpo para avanzar.

Los gusanos tienen el cuerpo segmentado y han trabajado en equipo, para crear un crucigrama al unir sus cuerpos para crear esta prueba.

Debes colocar las palabras que aparecen en los dibujos practicando la r-, -r- y -rr- :

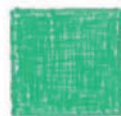
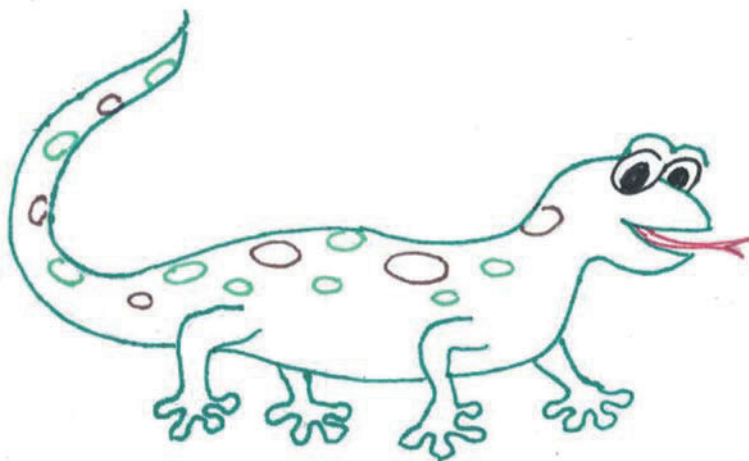


R
R
R

14. LA LAGARTIJA

Entre los reptiles que habitan en el bosque hay uno pequeño, con el cuerpo alargado y una fina cola, que recorre los caminos a gran velocidad. Se ha cruzado una contigo.

¡Es la lagartija! Se divierte agrupando las centenas, las decenas y las unidades de los números para contar los mosquitos y otros insectos que se come. Ayúdale a agrupar las unidades, decenas y centenas de los siguientes números, representándolas según los siguientes dibujos:



Centenas



Decenas



Unidades

$324 =$ 

Primero:

$76 =$

$19 =$

$51 =$

$30 =$

Segundo:

$163 =$

$804 =$

$590 =$

$400 =$

15. EL TOPO

Cuando vas andando por el camino, de vez en cuando ves algunos agujeros en la tierra. Son profundos y por dentro recorren el suelo formando laberintos de galerías.

¿Quién los habrá hecho? Si esperas un rato verás asomar la cabeza del responsable por alguno de los agujeros.

¡Mira, es un topo! Los topos son pequeños mamíferos que están especializados en excavar la tierra debajo del suelo. La palabra excavar es un verbo. ¿Puedes ayudar al topo a encontrar más verbos en la sopa de letras? Las palabras encontradas marcarán un camino como el laberinto de galerías que hace el topo.



VERBOS

estudiar

salir

beber

venir

cortar

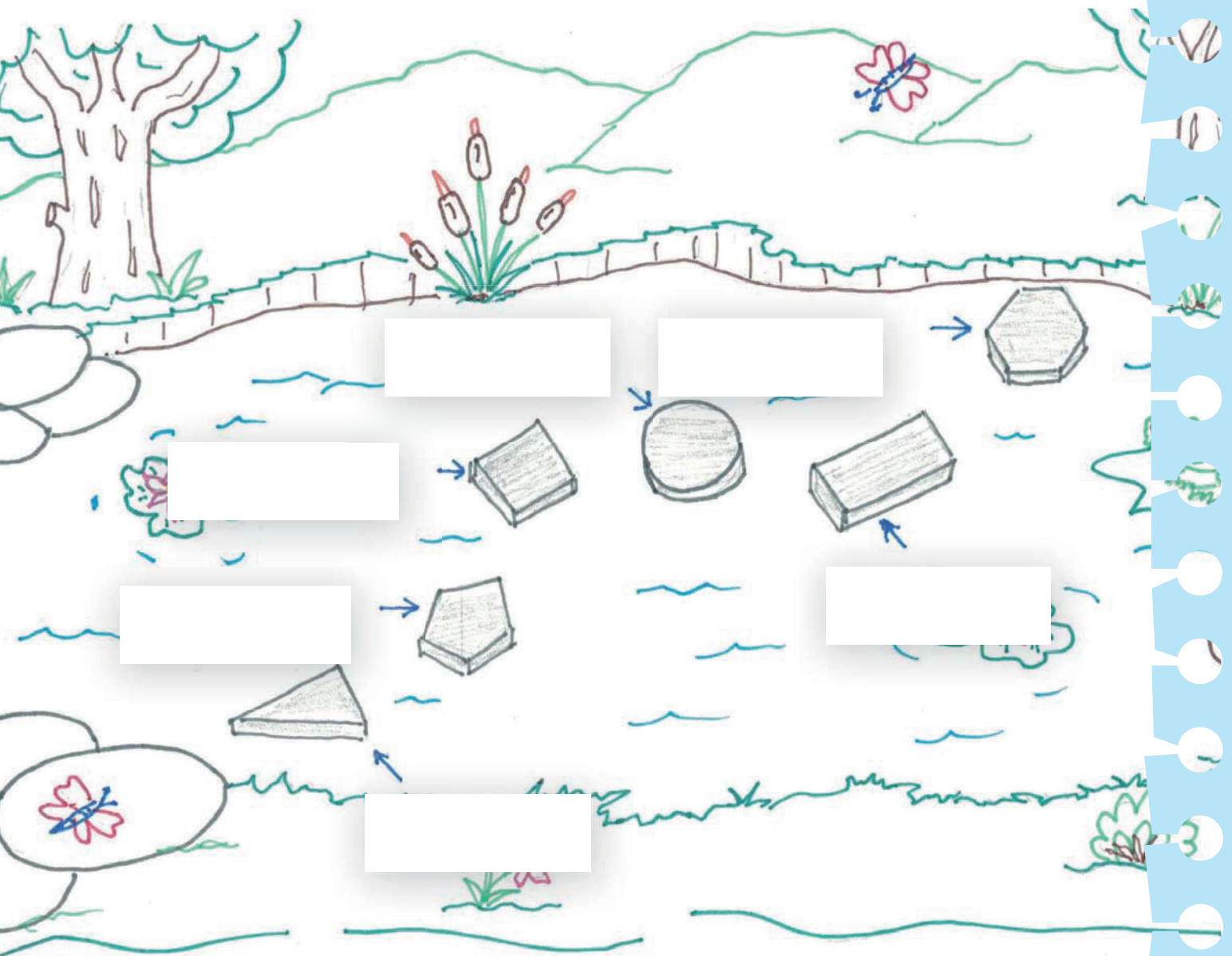
comer

16. LAS PIEDRAS

A lo lejos ves un lago, que no es muy grande y no muy profundo. ¿Quieres acercarte?

Es un lago muy curioso, porque lo puedes cruzar fácilmente. Te llevará a otro lugar muy interesante.

Cuando te acercas, observas que hay muchas piedras que puedes pisar para cruzarlo. Solo hay una condición: debes adivinar la forma geométrica que tiene cada piedra y escribir su nombre dentro. Si la aciertas, podrás dar el paso a la siguiente para llegar a la otra orilla.

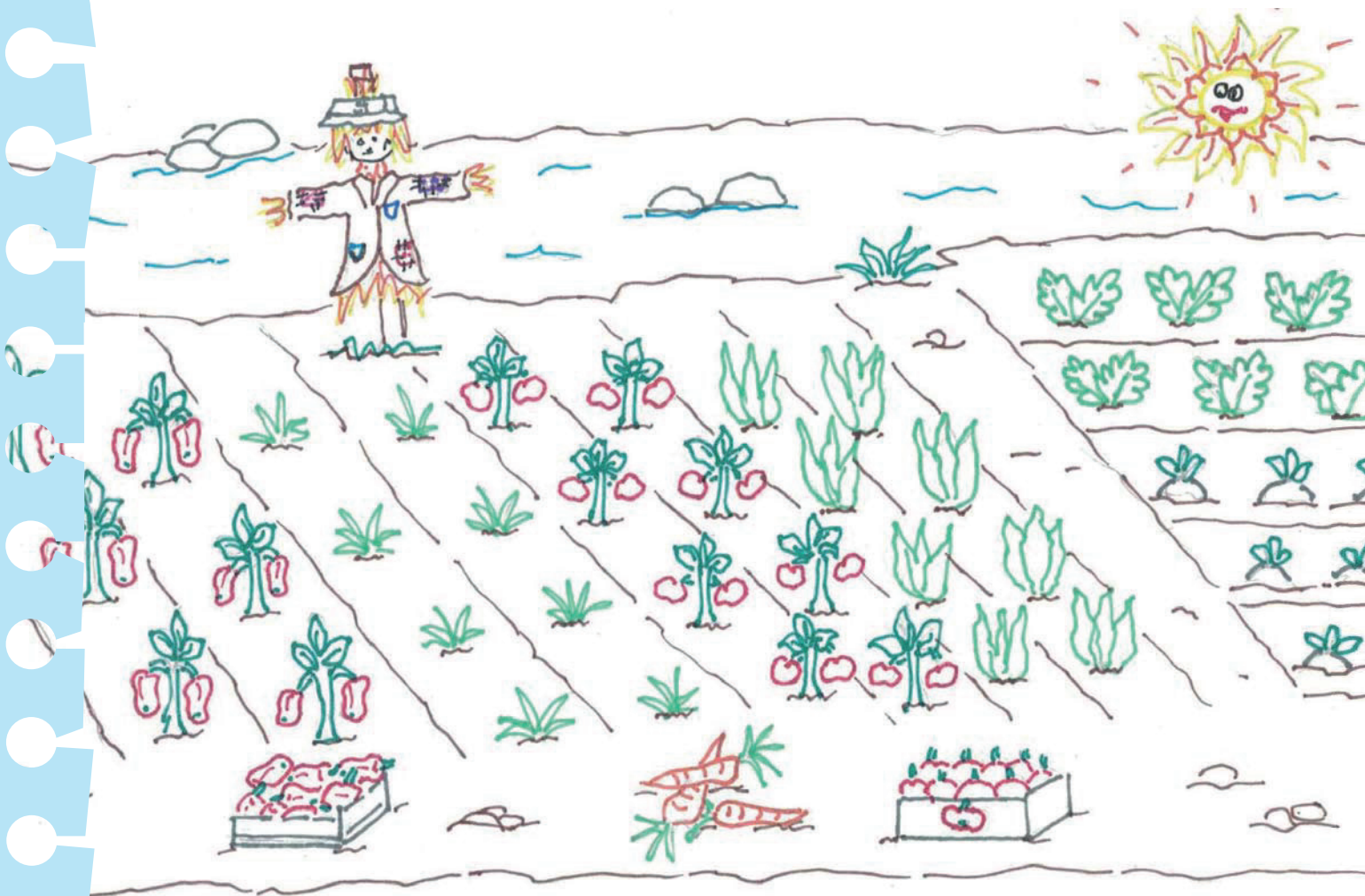


17. EL HUERTO

Ya has llegado al otro lado del lago, y ¡sorpresa! Hay un gran huerto con muchas verduras y hortalizas sembradas, como pimientos, tomates, calabacines, lechugas, rabanitos, zanahorias, habichuelas, patatas, etc.

Al ver tanto alimento te ha entrado hambre... ¿Qué te parece si preparas una gran ensalada para los habitantes del bosque? Es un plato muy saludable y nutritivo.

Puedes recolectar todos los ingredientes que necesites y completar la receta. Solo hay una condición para poder recogerlos del huerto debes resolver la operación que hay dentro de cada ingrediente. Un grupo de saltamontes, te traerán los recipientes y utensilios que necesites, además del aceite, el vinagre y la sal.



Primero:

$$\begin{array}{r} 28 \\ + 45 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 77 \\ - 36 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 59 \\ + 29 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 86 \\ - 26 \\ \hline \end{array}$$

Segundo:

$$\begin{array}{r} 352 \\ + 429 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 952 \\ - 462 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 588 \\ + 146 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 602 \\ - 254 \\ \hline \end{array}$$



RECETA DE ENSALADA:

Ingredientes:

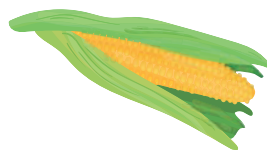
1/2 Kg de pimientos

1 Kg de lechugas

2 Kg de tomates

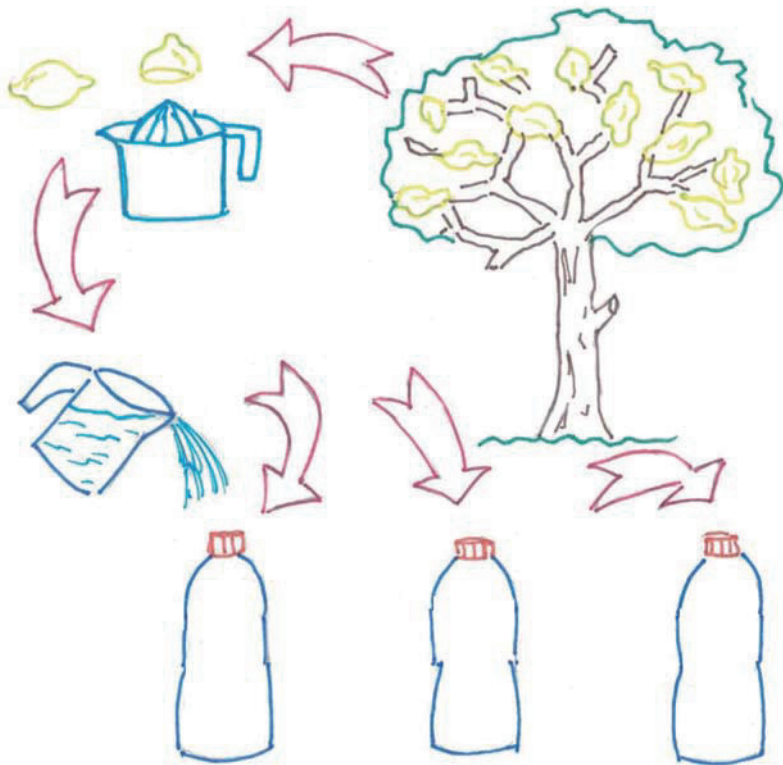
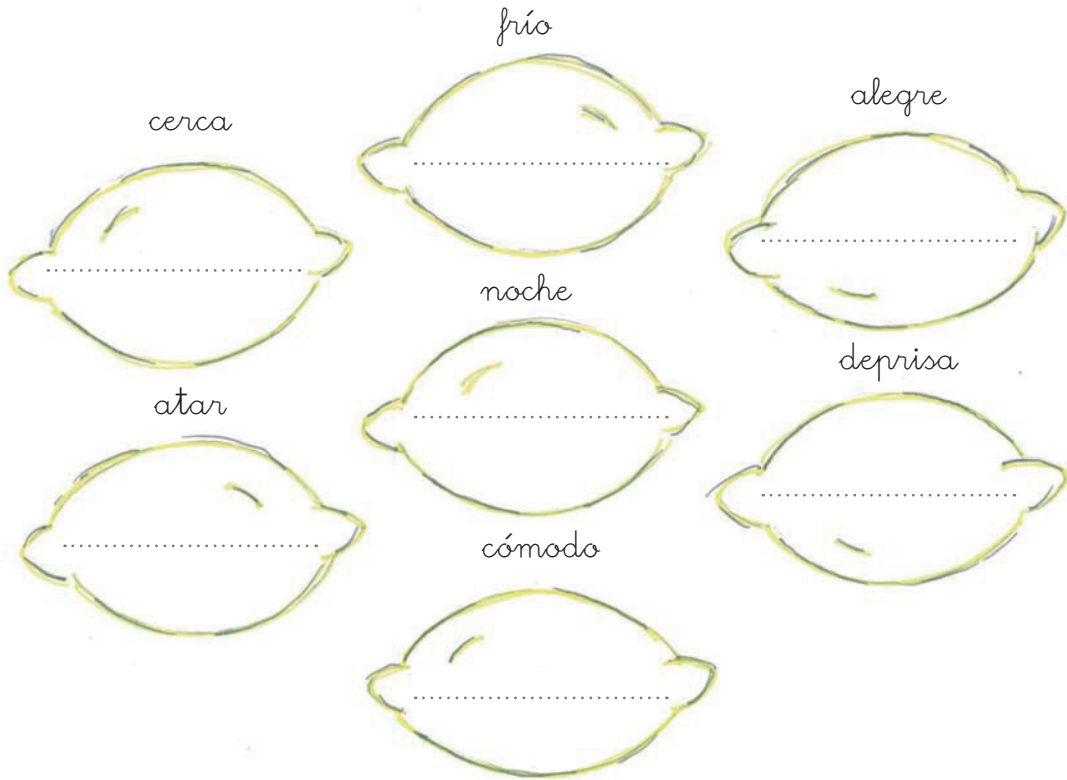
1/4 Kg de maíz

1/4 Kg de zanahorias



18. EL LIMONERO

Para beber, puedes preparar una limonada con los limones del frondoso limonero que está situado junto al huerto. Para poder recoger cada limón, debes escribir dentro el antónimo de la palabra que hay junto a cada uno.



La limonada la debes verter en botellas de 1 litro, 1/2 litro y 1/4 de litro. Señala en las siguientes botellas, hasta dónde la llenarás según cada medida.

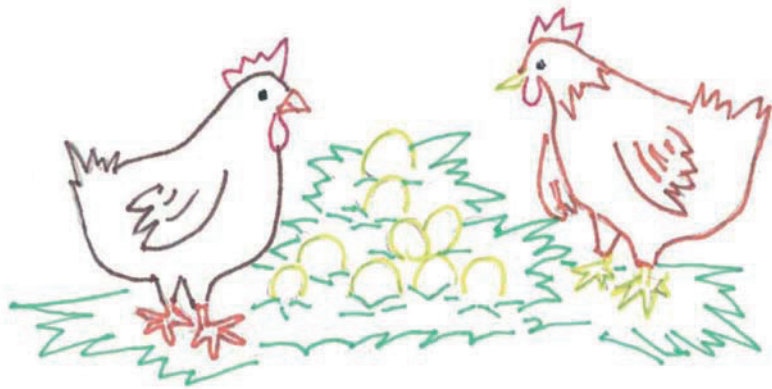
1 Litro

$\frac{1}{2}$ Litro

$\frac{1}{4}$ Litro

19. LAS GALLINAS

En el bosque se ha armado un gran revuelo con la ensalada. Incluso han llegado 12 gallinas para poner 12 huevos como ingredientes. Recuerda que antes debes cocerlos y podrás hacerlo si completas el número de huevos:



Una docena = huevos

Media docena = huevos

20. EL ESPANTAPÁJAROS

Un grupo de erizos están fabricando un espantapájaros para que las aves no se coman las verduras y hortalizas del huerto. Lo fabrican con ropa vieja que han encontrado y unos troncos viejos.

espanta + pájaros → espantapájaros

Te propongo que formes más palabras compuestas uniendo estas palabras simples. ¡Suerte! y a por otra prueba.

espanta

quita

cumple

lava

abre

latas

vajillas

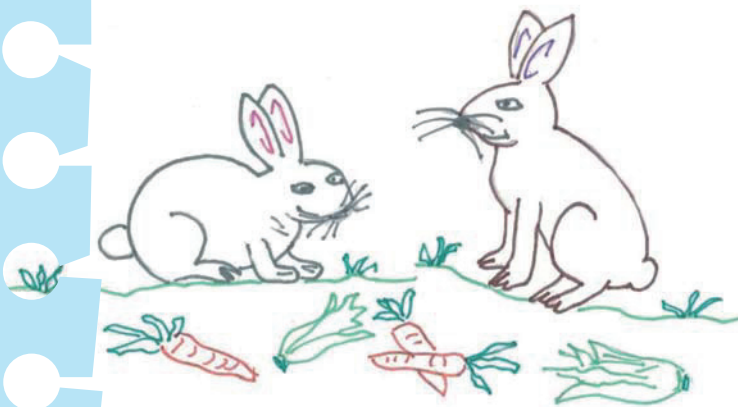
años

pájaros

manchas



21. LOS CONEJOS Y LAS LIEBRES



En el huerto hay que tener mucho cuidado también con los conejos y las liebres, porque les encanta comerse las zanahorias y las lechugas. Por eso, todos los días, los mapaches les llevan algunas cerca de sus madrigueras para que no se acerquen al huerto.

Hay un conejo blanco muy experimentado que es el responsable de que a todos les llegue su ración de alimentos a toda su comunidad. Se llama Copito y es su nombre propio. Te reto a que clasifiques unos nombres propios y nombres comunes en el siguiente cuadro:

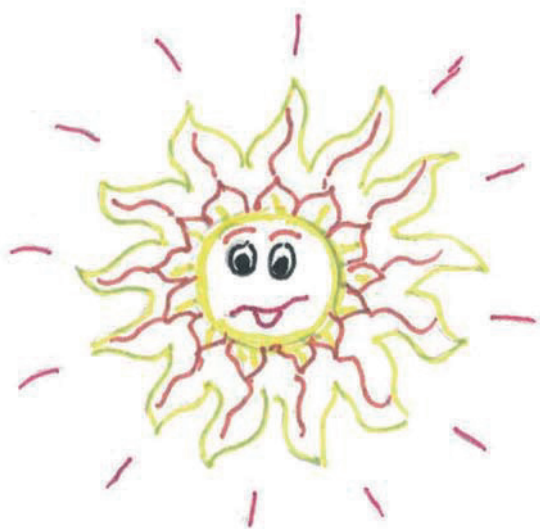
Andalucía - madre - Sofía
conejo - bosque - Copito

| | Nombre común | Nombre propio |
|-------------------|--------------|---------------|
| Nombre de persona | | |
| Nombre de animal | | |
| Nombre de lugar | | |

22. EL SOL

La temperatura del día es fantástica. El sol brilla y calienta. Gracias a la luz del sol, los árboles, las hierbas, los arbustos y las flores pueden fabricar su propio alimento. Las frutas, las verduras y hortalizas crecen jugosas y nutritivas.

No todos los habitantes del bosque saben la importancia que tiene el Sol para la vida de los seres vivos. Ayúdalos inventando una adivinanza donde la respuesta sea: el Sol.



23. EL BÚHO

Sigues avanzando y ves un gran nogal cuyo fruto son unas nueces exquisitas. En una de sus largas ramas hay posado un búho real, que se pasa todo el día controlando las horas y minutos del bosque con mucha precisión, con sus relojes digitales y analógicos.

Ayúdale ajustando la hora y los minutos en cada reloj. Seguro que el búho te lo agradecerá y sumarás otra prueba superada.



Son las.....

.....



Son las.....

.....



Son las.....

.....

Son las.....

.....



Son las.....

.....

Son las.....

.....

24. LA ARDILLA

Detrás del nogal hay un avellano cargadito de avellanas. ¿Sabes a qué animal le encantan? Mira bien el árbol, que seguro que la vas a ver saltar de una rama a otra.

Es la



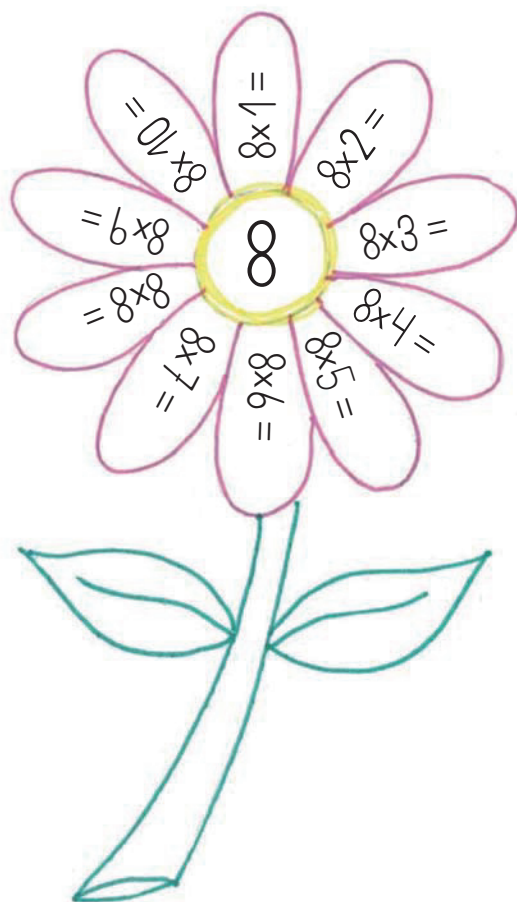
Además de las avellanas, le encantan otros frutos secos. Clasifícalos por orden de preferencia con los números ordinales del 1º al 10º.

| | | | | | |
|----|--|-----------|----|--|------------|
| 1º | | Avellanas | 6º | | Castañas |
| | | Almendras | | | Pipas |
| | | Piñones | | | Cacahuetes |
| | | Nueces | | | Anacardo |
| | | Bellotas | | | Maiz |

25. LA ESCUELA

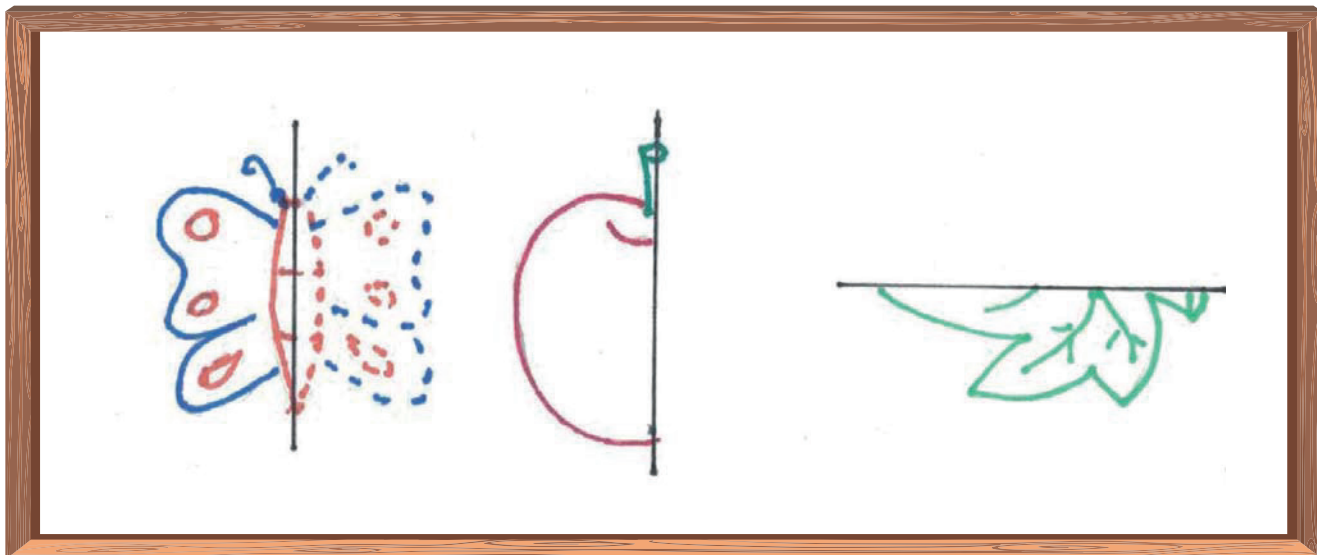
Este bosque es muy completo, tiene de todo, hasta una escuela para todos sus habitantes. Te la encuentras en el camino. Puedes entrar a visitarla. La profesora es una cierva que enseña Matemáticas y Lengua a todo su alumnado.

Cuando entras, descubres que están recitando las tablas de multiplicar a través de las flores. ¿Puedes ayudarles con la tabla del 8?



26. LA PIZARRA

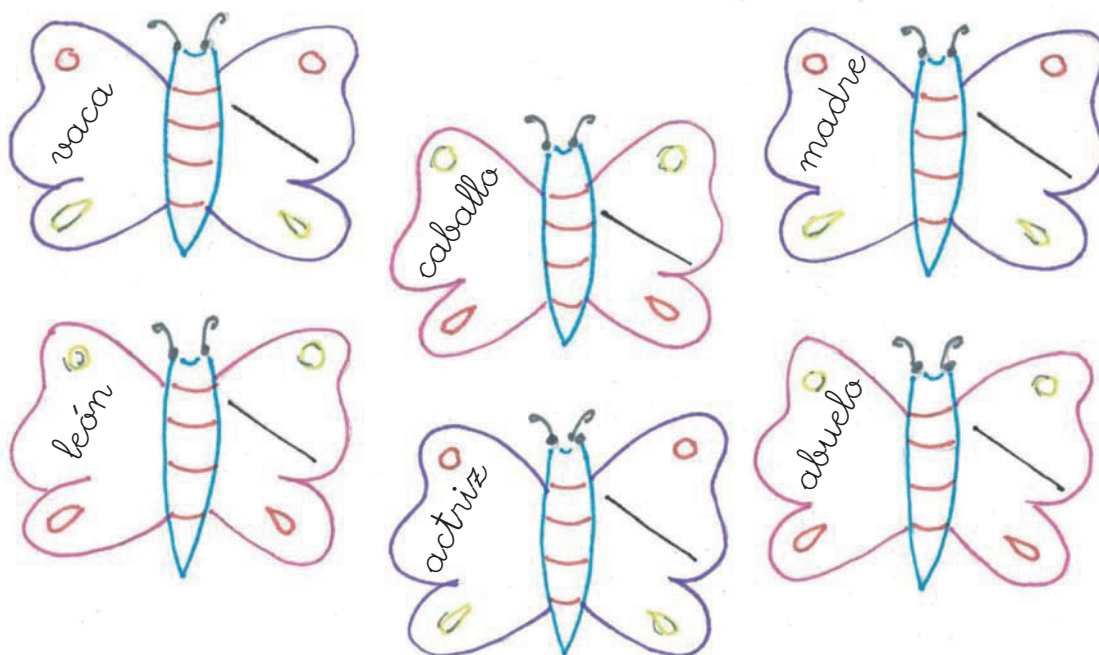
En la pizarra de la escuela hay unos dibujos interesantes de lo que acaban de aprender: la simetría. Pero a esos dibujos le falta la parte simétrica. Seguro que sabes hacerla y si lo consigues, superarás otra prueba.



27. LAS MARIPOSAS

Ya has visto en la pizarra de la escuela del bosque cómo se dibuja una mariposa. Su cuerpo, antenas y alas son simétricas, porque coinciden en la forma, en los vivos colores y en sus adornos. Pero observas que hay algo que no coincide. En una ala hay escrita una palabra que es la pareja de la otra palabra.

Cerca de las flores olorosas revolotean muchas mariposas de colores de colores brillantes. La siguiente prueba consiste en completar las parejas en el ala de cada mariposa.



28. LAS ABEJAS

Y ese zumbido, ¿de dónde viene? Se acerca una pequeña nube de abejas, pero si las ayudas, no te picarán.

Se acerca una abeja más grande, la abeja reina. Te cuenta que, ella y sus zánganos se han perdido y no saben llegar a su colmena. ¿Puedes marcarles el camino?



29. LAS LUCIÉRNAGAS

Ya has comprobado como en este gran bosque hay muchas sorpresas. Has vivido situaciones muy divertidas a lo largo de tu recorrido por "El bosque animado", cuyo recorrido ya está llegando a su fin.

En un último tramo del bosque, llegas a una cueva. ¿Qué habrá dentro?, ¿será la casa de algún animal?, ¿quieres investigar?... La cueva está oscura. Te hace falta una linterna, pero como no tienes, mira a tu alrededor, porque este bosque te proporcionará todo lo que necesitas.

Si te acercas más a la cueva, verás unos pequeños animalitos en la entrada y si les pides ayuda seguro que te la darán.

Puedes completar las siguientes preguntas a la respuesta que te dan esos pequeños seres y averiguarás quienes son:

¿.....?

Somos luciérnagas

¿.....?

En la cueva vive el hada del tesoro

¿.....?

El cofre del tesoro se abre con la llave que tiene el hada



30. EL HADA Y EL TESORO

Ya has llegado al final de esta larga e intensa historia vivida en "El bosque animado". Has sido un campeón o campeona porque has superado todas las pruebas. Algunas han sido más fáciles, otras más difíciles... Al menos tienes la satisfacción de haber realizado un estupendo trabajo con esfuerzo e ilusión. ¡Y has aprendido muchísimo!

Las luciérnagas te acompañan alumbrándote con la luz que emiten sus pequeños cuerpos. De pronto escuchas una dulce voz que te pregunta, ¿quién eres? Es el hada de la cueva del tesoro.

Le dices tu nombre y le cuentas lo que haces aquí.



Las luciérnagas informan al hada del magnífico trabajo que has realizado para llegar hasta la cueva. Ella se siente muy satisfecha por tu resultado y te pide que la acompañes.

Os seguís adentrando en la cueva y llegáis a una gran galería iluminada por luces de colores. Sobre una gran piedra está el cofre del tesoro. ¡Por fin lo encontraste!



De una pequeña bolsa, el hada ha sacado la llave mágica que abre el cofre. Te la entrega y con mucha ilusión, lo abres. Encuentras muchas monedas de chocolate, ricos dulces y un sobre muy bien adornado. También lo abres con mucha emoción... y encuentras una bonita escarapela dorada como premio, donde dice:

Este nombramiento es la mejor recompensa a tu trabajo, a tu esfuerzo y a tu constancia. Ha merecido la pena, porque eres muy sabio o sabia y puedes seguir aprendiendo en el siguiente curso.

¡¡¡Enhorabuena!!!



FINAL

Haz un dibujo de la escena que más te haya gustado del bosque animado y no olvides todos los detalles que has imaginado. Coloréalo y decóralo con bonitos colores y adornos.



MUNDODEPORTE

Material didáctico para
Educación Primaria

Programa de refuerzo
educativo y deportivo en
periodo estival

Segundo y Tercer Ciclo de
Educación Primaria

ÍNDICE

| | |
|--------------------------------------|----|
| 1. Situación | 33 |
| 2. La ciudad | 34 |
| 3. El lema..... | 36 |
| 4. Atletismo:..... | 37 |
| 4.1. Carrera de velocidad | 39 |
| 4.2. Salto de altura..... | 40 |
| 4.3. Lanzamiento de disco..... | 41 |
| 5. Balonmano | 43 |
| 6. Esgrima | 45 |
| 7. Natación..... | 47 |
| 8. Bádminton | 48 |
| 9. Baloncesto | 50 |
| 10. Ciclismo | 52 |
| 11. El almuerzo..... | 54 |
| 12. Karate | 56 |
| 13. Hockey sobre hielo..... | 57 |
| 14. Tiro con arco | 59 |
| 15. Golf..... | 60 |
| 16. Rugby..... | 61 |
| 17. Equitación: salto ecuestre | 63 |
| 18. Piragüismo..... | 64 |
| 19. Escalada..... | 66 |
| 20. Parapente | 68 |



1. SITUACIÓN

En este trabajo te vas a adentrar en una gran aventura deportiva muy atractiva y entretenida, para repasar los contenidos que has aprendido en el 2º y 3º ciclo de Primaria con tus profesores y profesoras. Para ello, vas a participar en una gran ciudad deportiva llamada "Mundodeporte", viviendo diferentes experiencias relacionadas con la actividad deportiva a lo largo de un circuito.

¿Y como lo vas a hacer? Vas a apoyarte por tu fantasía, imaginando que eres el mejor o la mejor deportista con ganas de practicar los deportes que van apareciendo en cada capítulo. Conseguirás pasar de un deporte al siguiente, si realizas correctamente las actividades propuestas en cada capítulo e irás acumulando puntos al superarlas. Mientras más puntos consigas, más cerca estarás de ganar la medalla de oro de "Mundodeporte" que encontrarás al final de este trabajo.

Aprenderás el origen de algunos deportes y cómo se practican, ya sea de forma individual o en equipo. Algunos deportes no los has practicado nunca, otros te resultarán más desconocidos o complicados, pero puedes aprenderlos para participar en todos si conoces y respetas sus reglas.

Desde la antigüedad, se han celebrado pruebas deportivas para tener las mejores puntuaciones, compitiendo en olimpiadas, paraolimpiadas, campeonatos del mundo o países, ligas locales... Pero el deporte no solo es competitivo, sino que también se puede practicar por placer, aprendizaje o diversión, como se propone en este trabajo. ¡Lo importante es participar!

Como comienzo, vas a utilizar el campo semántico de los deportes, nombrando todos los que conoces, ya sean de pista, de estadio, de pabellón cubierto, de agua, hielo o nieve, de montaña, etc. Cuida la ortografía y no olvides poner la coma entre ellos.

Campo semántico de los deportes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*¿Estás preparado o preparada?
¡Empieza la aventura!
¡A practicar deportes!*



| | |
|---------------------------|----|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|----|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

2. LA CIUDAD

Ya se terminó el colegio y empiezan las ansiadas vacaciones. Durante el largo tiempo de verano hay oportunidad de realizar muchas actividades variadas, entre ellas debes dedicar un tiempo a repasar todo lo que has aprendido en tu centro educativo. Y qué mejor manera de hacerlo de forma lúdica y divertida.

Tu familia te ha llevado a una ciudad muy especial y atractiva, "Mundodeporte", la ciudad deportiva donde se practican deportes mientras repasas los contenidos aprendidos durante el curso. La visita dura un día completo, desde las 9:00 horas hasta las 21:00 horas.

Toda la ciudad está adaptada para practicar deportes para personas con discapacidad, dando facilidades a toda persona con necesidades especiales. Encontrarás muchos elementos que eliminan las barreras arquitectónicas. Algunos son: rampas, barandas, accesos, servicios y vestuarios adaptados, cartelera en Braille, señalización luminosa y sonora, vehículos y sillas especiales, personal especializado, etc.

Desde la entrada visualizas las taquillas y los tornos de acceso. Una vez adquiridas las entradas, puedes acceder al interior de esta divertida ciudad. Comienzas el circuito en un pequeño edificio donde están los vestuarios. Te diriges a ellos, ya que debes ponerte ropa adecuada para practicar deporte.

La primera prueba comienza ahora, porque para poder acceder al vestuario debes completar una actividad que encuentras en la puerta de entrada, que consiste en escribir diferentes tipos de palabras:

Sustantivos: escribe el nombre de 10 prendas deportivas en singular:

.....

Adjetivos: escribe 10 adjetivos que sean cualidades de los deportistas:

.....

Verbos: escribe 10 verbos que sean acciones deportivas:

.....

Elige un sustantivo de los 10 anteriores y marca sus características:

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Común <input type="checkbox"/> | Propio <input type="checkbox"/> |
| Individual <input type="checkbox"/> | Colectivo <input type="checkbox"/> |
| Concreto <input type="checkbox"/> | Abstracto <input type="checkbox"/> |
| Contable <input type="checkbox"/> | Incontable <input type="checkbox"/> |
| Masculino <input type="checkbox"/> | Femenino <input type="checkbox"/> |
| Singular <input type="checkbox"/> | Plural <input type="checkbox"/> |

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A comenzar!*



| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

3. EL LEMA

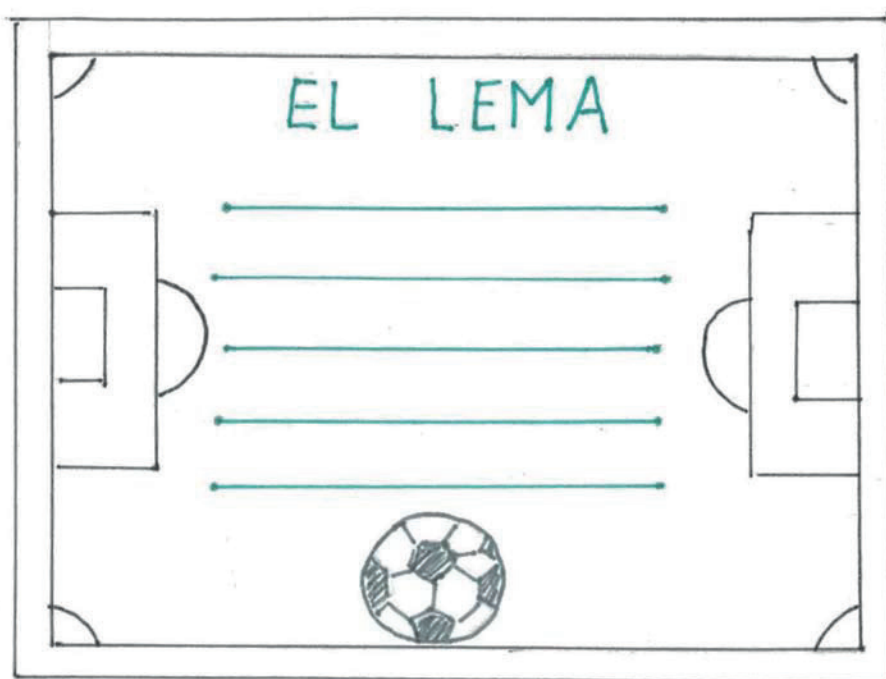
En "Mundodeporte" hay muchos escenarios para la práctica de los diferentes deportes que existen en ella. Podrás ver desde un campo de voleibol o rugby, pabellones cubiertos para practicar kárate o gimnasia e incluso piscinas interiores y exteriores para natación; y hasta alguna pequeña montaña rocosa para escalada.

La base del deporte se ha fundamentado en movimientos naturales del hombre como correr, saltar y lanzar. Así aparecieron las primeras pruebas deportivas en la antigüedad, donde se competía para ver quién era más rápido, quien saltaba más alto o quien lanzaba más lejos algún objeto. Entonces surgen los primeros deportistas también llamados atletas, que van practicando estos movimientos en diferentes modalidades.

Actualmente existen una gran variedad de pruebas atléticas que se basan en aquellas primeras pruebas; y de ahí el nombre de atletismo.

En esta pequeña historia han surgido estas palabras importantes como base de cualquier deporte: correr saltar y lanzar. Te propongo que crees un lema con dichas palabras en esta tarjeta que también debes adornar. Ésta te acompañará y motivará durante todo el recorrido.

Correr, Saltar, Lanzar



*¡Preparados/as,
listos/as, ya!
¡A crear!*

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

4. ATLETISMO

Ahora que ya tienes la tarjeta con tu lema y la indumentaria adecuada para comenzar, empezarás con el primer deporte del circuito. Te diriges al primer estadio que encuentras, que contiene todos los espacios y pistas para la práctica de todas las modalidades del deporte más antiguo, el atletismo. Muchas se realizan de forma individual, aunque hay otras, como la carrera de relevos, que se practica en equipo.

Escribe todas las modalidades del atletismo que conoces:

.....

.....

.....

.....

.....

Seguro que todas las modalidades te llaman la atención, pero solo vas a participar en tres pruebas de forma individual, comprobando que están relacionadas con las palabras de tu lema: carrera de velocidad (correr), salto de altura (saltar) y lanzamiento de disco (lanzar).

Para contactar con esta actividad deportiva te animo a que resuelvas esta sopa de letras con vocabulario relacionado con algunas de sus modalidades:

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| F | Z | G | K | C | K | B | S | W | D | E | J |
| C | A | R | R | I | L | T | A | L | J | F | A |
| X | F | O | S | O | N | M | L | E | O | R | B |
| T | Q | T | K | Á | Í | J | T | T | N | U | A |
| V | O | E | J | Q | S | W | Ó | Y | H | M | L |
| A | E | S | E | X | C | Q | M | O | Ü | P | I |
| L | M | T | V | Z | Z | A | E | D | F | G | N |
| L | L | I | L | P | É | R | T | I | G | A | A |
| A | R | G | E | Q | U | K | R | I | L | T | E |
| P | I | O | R | R | Y | N | O | M | O | Y | R |
| U | D | I | S | C | O | K | T | A | N | K | I |

carril
disco
foso
jabalina
pértiga
saltómetro
testigo
vallas

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A resolver!*





 ¿ESTÁS PREPARADO
 O PREPARADA?
 ¡EMPIEZA LA AVENTURA!
 ¡A PRACTICAR DEPORTES!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

4.1. CARRERA DE VELOCIDAD

Vas a competir con 7 compañeros o compañeras, participando en una carrera de velocidad a pie en el menor tiempo posible y sin ningún obstáculo, durante una distancia de 100 metros lisos, en una pista de forma ovalada y con calles delimitadas por líneas blancas paralelas, que no debes pisar.

Antes de comenzar la carrera, debes resolver el siguiente problema que te plantean los jueces de la carrera:

En una pista de atletismo de 400 m, ¿cuántas vueltas dará un atleta en una carrera de 12.000 m?, ¿y una carrera de 800 m?

Datos

Operación

Solución

Un grupo de deportistas corre una maratón de 42 km y 195 m. Llevan recorridos 13,25 km, ¿cuántos kilómetros les queda por recorrer? La salida es a las 10:05 horas. Si un corredor tarda en llegar a la meta 150 minutos, ¿a qué hora llegará?

Datos

Operación

Solución

*¡Preparados/as,
listos/as, ya!
¡A correr!*



¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| | |
|---------------------------|----|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|----|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

4.2. SALTO DE ALTURA

Tras un merecido descanso, te enfrentas al salto de altura, que tiene por objetivo sobrepasar una barra horizontal, denominada listón, colocada a una altura determinada entre dos soportes verticales separados a unos 4 metros entre sí. Para la amortiguación de la caída tras el salto, hay una gruesa colchoneta.

La altura de la barra que vas a saltar es de 80 cm. Antes de saltar, los jueces retan a otra prueba.

Cada 10 cm del soporte vertical hay unas tarjetas con palabras escritas. Debes escribir un sinónimo de cada palabra de cada una de las tarjetas del soporte izquierdo y un antónimo de cada palabra en las tarjetas del soporte derecho.

| | Sinónimo | | Antónimo |
|------------|----------|-------------|----------|
| cabello | | comprar | |
| disgustado | | aceptar | |
| vivienda | | derrumbar | |
| maestra | | responsable | |
| embustero | | facilidad | |
| advertir | | comienzo | |

Antes de saltar necesitas la animación del público. Por eso abres los brazos y los vas levantando hasta llegar encima de la cabeza para batir las palmas: "clap, clap". Este gesto repetitivo es una petición muy característica en el atletismo, para pedir al público que aplauda de forma rítmica enviando ánimo al deportista.

En esta forma de comunicarte con el público, tú eres el emisor. Completa cuáles son el resto de los elementos de comunicación:

Receptor:

Canal:

Código:

Mensaje:



*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A saltar!*



C.1

| | |
|---------------------------|-----------|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

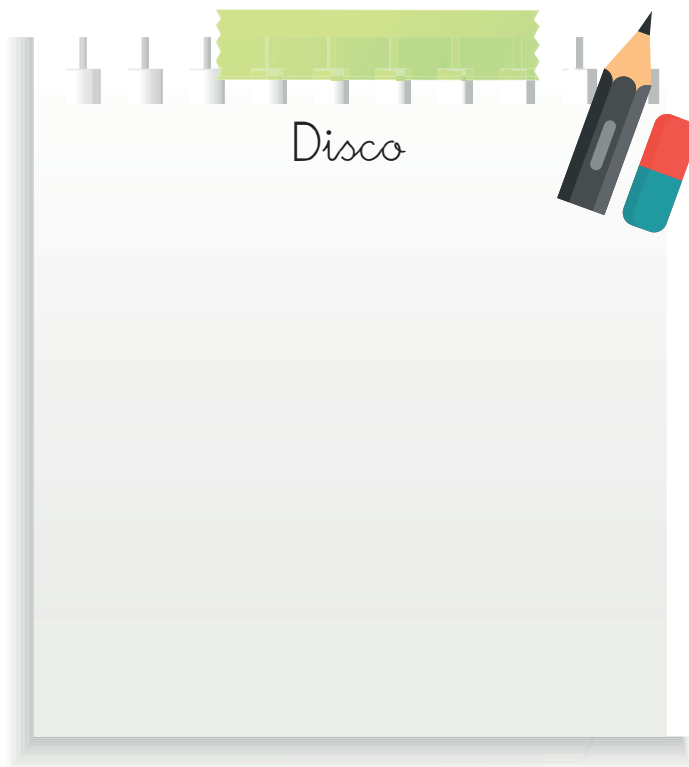
C.2

| | |
|---------------------------|-----------|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

4.3. LANZAMIENTO DE DISCO

Y ahora, te sitúas en el centro del estadio para probar un lanzamiento con un objeto pesado de sección circular: el disco. Éste se lanza desde un círculo de 2.50 m de diámetro y debe aterrizar dentro de un sector de ángulo de $35^{\circ} 32'$. Para los varones, el disco tiene un diámetro de 22 cm y pesa 2 kg, mientras que para las mujeres, mide 18 cm y pesa 1 kg. Se debe lanzar con una sola mano.

Antes, debes recordar que, el disco que vas a utilizar está definido por una línea curva cerrada de forma circular. Dibújalo con un compás y escribe sus elementos: centro, radio, diámetro, cuerda y arco. Solo así podrás lanzarlo.



Debes aprovechar esta oportunidad para recordar que las figuras geométricas están formadas por líneas poligonales cerradas. Dibújalas y señala sus elementos: lados, ángulos y diagonales en cada una de ellas.

.....
triángulo isósceles

.....
pentágono

.....
triángulo escaleno

.....
romboide

.....
trapecio

.....
rectángulo

.....
cuadrado

.....
rombo

.....
hexágono

.....
triángulo
equilátero

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A lanzar!*




¿ESTÁS PREPARADO
O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

5. BALONMANO

Muy cerca del estadio de atletismo ves un pabellón cubierto con una pista de balonmano. Este deporte en equipo nació en los países nórdicos donde hace mucho frío durante el largo invierno. Por eso se comenzó a practicar en pabellones cubiertos. También se puede jugar al exterior.

El balonmano es un deporte en el que se enfrentan dos equipos. Éstos se disputan un balón manejándolo con las manos, con el objetivo de marcar goles en la portería contraria. Cada equipo se compone de 7 jugadores con otros tantos de reserva, que pueden intercambiarse en cualquier momento.

Para poder participar en este deporte, debes realizar la siguiente actividad:

El público comenta el partido utilizando diferentes oraciones. Analízalas sintácticamente e indica de qué tipo son:

Enunciativa Afirmativa - Enunciativa Exclamativa
Interrogativa - Exclamativa
Imperativa o Exhortativa - Dubitativa

El jugador no
ha marcado el
penalti

Tipo de oración

.....

¡Vosotros sois el
mejor equipo!

Tipo de oración

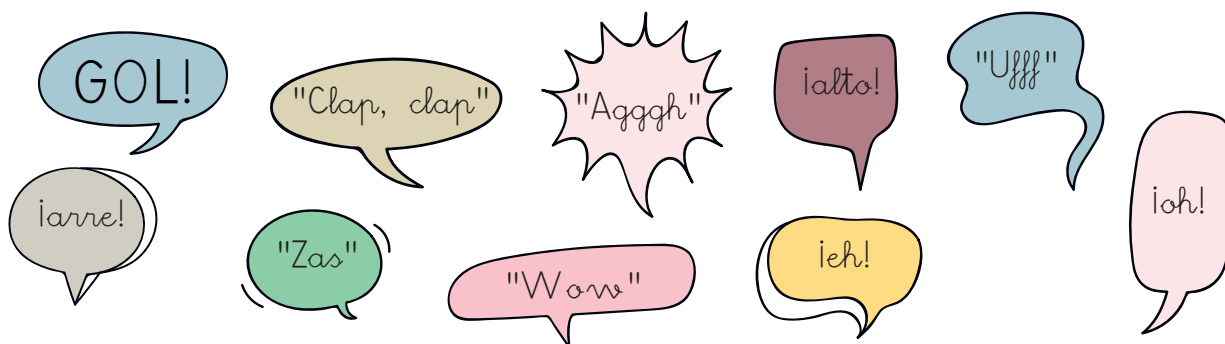
.....

Probablemente
mi equipo gane
el partido

Tipo de oración

.....

En el deporte, el público y los jugadores lanzan expresiones de todo tipo o emiten imitaciones lingüísticas que se asemejan a los sonidos que representan. Éstas son las interjecciones y las onomatopeyas. ¿Eres capaz de distinguirlas? Rodea las interjecciones de azul y las onomatopeyas de rojo.



*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A golear!*



¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

6. ESGRIMA

El pabellón cubierto en el que te encuentras, tiene un edificio anexo con otra pista de forma rectangular de 14 m de largo y entre 1'5 y 2 m de ancho. También hay líneas de guardia en el suelo para cada jugador. Es la sala de esgrima. ¿Sabes en qué consiste este deporte?

La esgrima es un deporte que se juega en pareja, que se enfrentan en combate, con la debida protección. Se defienden con tres tipos de armas de acero: florete, espada o sable. El objetivo de la esgrima es tocar en la parte válida del cuerpo del rival para recibir una puntuación.

Antes de entrar en combate debes conocer las siguientes palabras que aparecen en las reglas de este deporte. Búscalas en el diccionario y anota su significado:

Esgrimista:

Asalto:

Contrataque:

Ofensiva:

Peto:

Desarme:

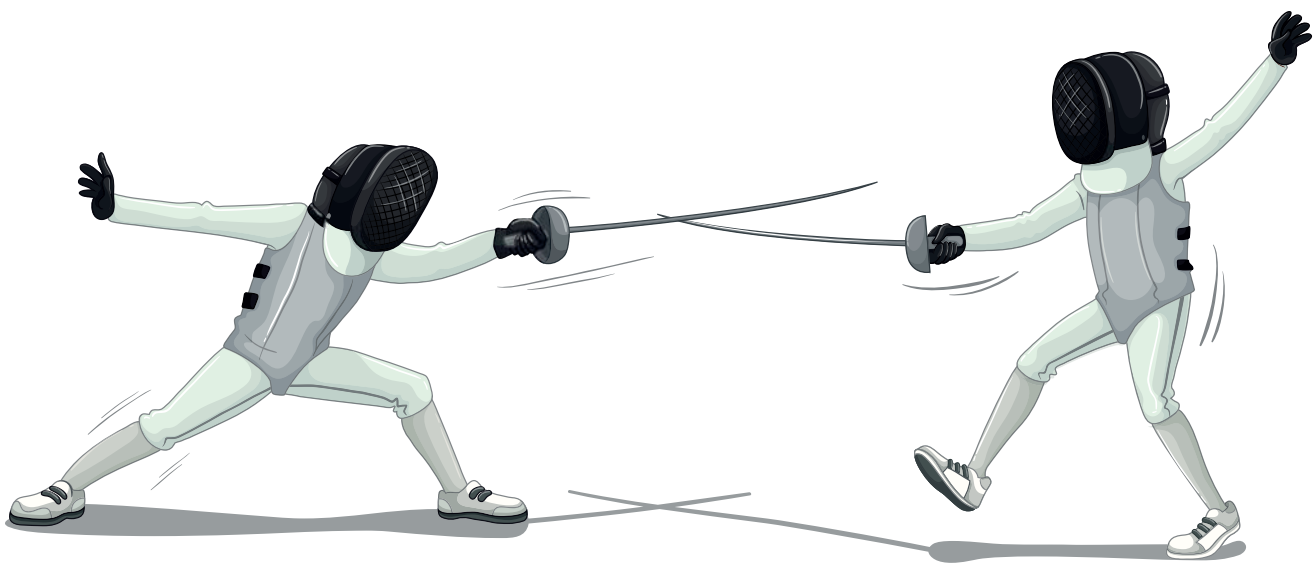
De las palabras anteriores, hay 2 que tienen prefijos. Anótalas, rodea el prefijo e indica su significado:

| | |
|--------------|--------------|
| Palabra: | Palabra: |
| Prefijo: | Prefijo: |
| Significado: | Significado: |

Las palabras: deportista, jugador, velocista y futbolero tienen sufijos. Anótalos en la tabla:

| | | | | |
|----------|--|--|--|--|
| Palabra: | | | | |
| Sufijo: | | | | |

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A tocar!*




¿ESTÁS PREPARADO
O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| | |
|---------------------------|------------|
| | C.1 |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|------------|
| | C.2 |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

7. NATACIÓN

En "Mundodeporte" existen también deportes de agua. Muchos se practican en piscinas cubiertas o al aire libre, como la natación o el waterpolo; y otros se practican en zonas naturales como lagos, ríos, mares u océanos, utilizando a veces embarcaciones muy diversas. Entre ellos encontramos la vela, el remo, el piragüismo o el surf.

Caminando por el circuito, llegas a la zona de piscinas al aire libre para practicar la natación en competición individual con otros nadadores o nadadoras. Puedes entrar en el vestuario; allí encontrarás todo lo necesario para practicar este deporte.

La natación tiene diferentes estilos: crol o libre, espalda, mariposa y braza. Te propongo que elijas el estilo que más te guste y la anotes aquí: y participarás en la carrera de 50 metros.

El socorrista debe anotar unos datos sobre el agua de la piscina que deberás averiguar antes de comenzar la competición en el estilo elegido.

La piscina en la que vas a nadar se ha vaciado un poco. Para reponer el agua de la piscina que ha perdido, has echado 2 hl 8 dal 5 l. La piscina tiene una capacidad total de 3.125.000 l. ¿Qué cantidad de agua tenía la piscina?

Datos

Operación

Solución

La piscina (con forma de prisma cuadrangular) en la que vas a nadar mide 50 m de largo, 25 m de ancho y 2'5 m de profundidad. Si se quiere llenar hasta arriba, ¿con cuántos litros se llenará? (Recuerda que $1 \text{ l} = 1 \text{ dm}^3$)

Datos

Operación

Solución

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A nadar!*



| | |
|---------------------------|----|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|----|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

8. BÁDMINTON

El circuito te lleva ahora a la zona de juegos de cancha en pabellón cubierto. Existe un deporte de raqueta muy atractivo llamado bádminton. La red que divide la cancha está a 1'55 m de altura. Al igual que el tenis o el pádel, se juega de forma individual o en pareja.

La raqueta no golpea una pelota, sino a un volante, que tiene un extremo de corcho forrado del que salen plumas alrededor, que frenan su movimiento cuando la velocidad es baja. Se puntúa cuando se logra que el volante toque el suelo de la pista del oponente, evitando que toque el suelo propio.



Una persona del público te pide que le expliques porqué la palabra bádminton lleva tilde. Explícaselo aquí:

bádminton lleva tilde porque

Después, esta persona te propone un juego, que consiste en que otras personas del público te van diciendo las siguientes palabras que debes clasificar en la siguiente tabla:

bádminton - disco - juégatelo - balón - raqueta - rápidamente -
entrenador - hípica - atleta - natación - césped - kárate - gánatela
- penúltimo - esquí - échase - red

| Agudas | Llanas | Esdrújulas | Sobresdrújulas |
|--------|--------|------------|----------------|
| | | | |

Clasifica también las palabras anteriores según el número de sílabas y rodea la sílaba tónica en cada una de ellas:

| | |
|-------------|--|
| Monosílabas | |
| Bisílabas | |
| Trisílabas | |
| Polisílabas | |

Al público le ha gustado mucho cómo dominas las reglas de las tildes, así que ya puedes jugar el partido de bádminton.

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A volantear!*



¿ESTÁS PREPARADO
O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| | |
|---------------------------|----|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|----|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

9. BALONCESTO

Ahora el camino te lleva a una cancha de baloncesto que está al aire libre. Este deporte se puede jugar también en un pabellón cubierto.

La palabra baloncesto es una palabra compuesta formada por balón + cesto. ¿Qué sabes sobre las palabras compuestas? Rodea solo las palabras compuestas:

*balonmano - entrenador - banquillo - balompié - boxeador -
cuadrilátero - atletismo - enhorabuena - paracaídas - espectadores*

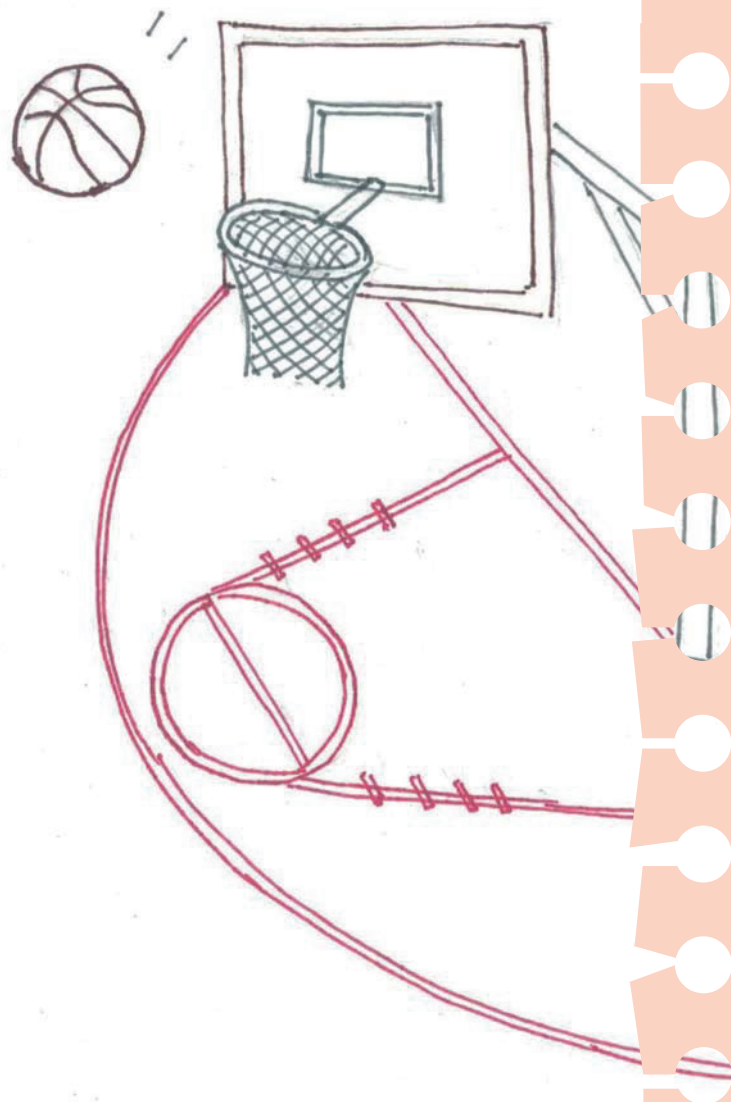
El baloncesto o básquet es un deporte más popular, sobre todo en Estados Unidos con la liga NBA y con grandes estrellas como Michael Jordan, LeBron James, Kobe Bryant y Earvin "Magic" Johnson. Se destaca también a Fernando Martín, Pau Gasol, Ricky Rubio y Rudy Fernández como grandes estrellas españolas del baloncesto.

Supongo que sabes que juegan dos equipos de 5 jugadores cada uno, que deben encestar un balón en una canasta o cesto elevado y solo se puede manejar el balón con las manos. Gana quien hace más puntos con anotaciones o canastas en el aro del equipo contrario. La gran altura en los jugadores, favorece las canastas.

Un grupo de periodistas ha acudido a ver el partido de baloncesto en el que vas a participar. Entre ellos han hecho un periódico deportivo con reportajes y noticias sobre las distintas actividades de "Mundodeporte". Pero les falta una noticia, la del baloncesto. Te piden que participes en el periódico escribiendo una noticia donde eres el o la protagonista. Después, podrás jugar el partido.

No olvides poner el titular, la entradilla y el cuerpo de la noticia con una correcta ortografía, signos de puntuación y buena expresión escrita. ¡Ah!, inventa también el nombre del periódico.

*¡Preparados/as,
listos/as, ya!
¡A encestar!!*



(Nombre del periódico)

(Titular)

(Entradilla)

(Cuerpo de la noticia)

The image shows a large grey rectangular area representing a newspaper page layout. It contains several horizontal blue lines and a central graphic of a rainbow-colored spiral.



| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

10. CICLISMO

¿Sabes montar en bicicleta? La bicicleta es un invento muy simple, práctico y uno de los que más satisfactorios, ya puedes utilizarla por placer, para desplazarte o como actividad deportiva. Existen muchos tipos de bicicletas y se utilizan según la modalidad deportiva que vayas a practicar: ciclismo en carretera, ciclismo en pista, ciclocrós, triatlón...Y se puede practicar en carretera, en circuito con desniveles, en pista de pabellón cubierto, por caminos... Se compete de forma individual o en equipo.

Es el momento de recorrer un circuito natural con desniveles ascendentes y descendentes que rodean toda la ciudad "Mundodeporte". Tienes 4 km de recorrido. En la salida del circuito te encuentras con una barrera que solo se abrirá si resuelves correctamente el siguiente problema:

Un ciclista ha estado pedaleando durante tres horas. En la primera hora ha recorrido los $\frac{4}{30}$ del trayecto, en la segunda hora ha recorrido $\frac{8}{30}$ del trayecto y en la tercera hora ha recorrido los $\frac{3}{30}$.
Calcula:

- La fracción total del trayecto que ha recorrido en las tres horas.
- La fracción del trayecto que le queda por recorrer.
- Los kilómetros recorridos en las tres horas, si el trayecto fue de 72 km.

Datos

Operación

Solución

Un ciclista ha estado pedaleando durante tres horas. En la primera hora ha recorrido los $\frac{4}{15}$ del trayecto, en la segunda hora ha recorrido $\frac{8}{30}$ del trayecto y en la tercera hora ha recorrido los $\frac{3}{5}$ del trayecto. Calcula:

- La fracción total del trayecto que ha recorrido en las tres horas.
- La fracción del trayecto que le queda por recorrer.
- Los kilómetros recorridos en las tres horas, si el trayecto fue de 72 km.

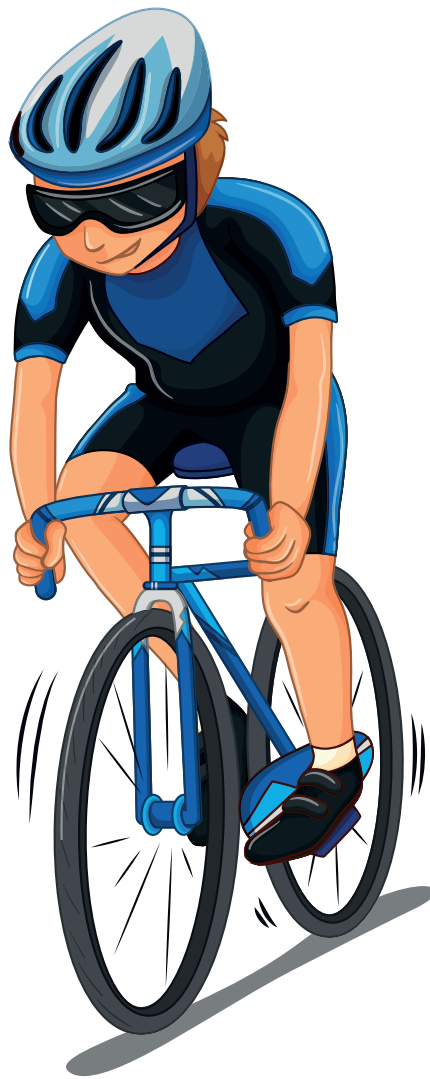
Datos

Operación

Solución

Como el problema estará correcto, además de sumar puntos para conseguir la medalla, puedes comenzar la ruta en bicicleta. No olvides ponerte el casco.

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A pedalear!!*



¿ESTÁS PREPARADO
O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

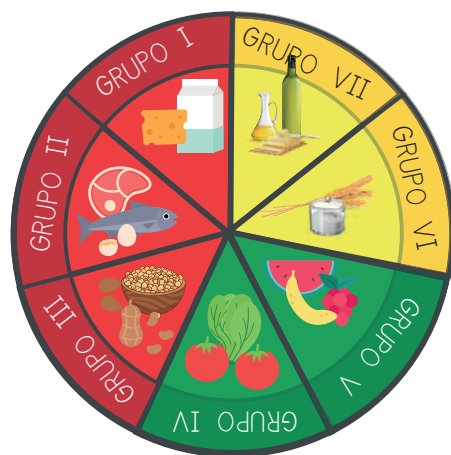
| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

11. EL ALMUERZO

Ahora toca hacer un descanso para el almuerzo. Así que llegas a la zona de restaurantes. Solo te servirán un menú que realices con alimentos saludables y variados.

Recuerda que la práctica de actividades deportivas está dentro de los hábitos de vida saludables. Para que el rendimiento de los deportistas sea mejor, la alimentación debe ser saludable, completa y variada, para que aporte los nutrientes y la energía que necesaria para su práctica. Por ello, te presento la rueda de alimentos, donde podrás escoger los diferentes alimentos para tu menú.

Debes conocer la aportación de cada grupo de alimentos para tu organismo:



| Tipo de alimento | Grupo de alimento | Nutriente predominante | Alimentos |
|------------------|-------------------|---|---|
| Plásticos | I | Proteínas, vitaminas, grasas y calcio | Leche y derivados |
| | II | Proteínas de alta calidad nutricional y algunas vitaminas | Carne, pescado y huevos |
| | III | Proteínas de baja calidad nutricional, glúcidos, fibra alimentaria, vitaminas y minerales | Legumbres, frutos secos y patatas |
| Reguladores | IV | Glúcidos y vitaminas | Verduras y hortalizas |
| | V | Azúcares, vitaminas y minerales | Frutas frescas |
| Energéticos | VI | Glúcidos y fibra alimentaria | Cereales y sus derivados |
| | VII | Lípidos | Mantequilla, aceite y grasas en general |

Ten en cuenta para confeccionar el menú:

- Consumir frutas y verduras todos los días.
- En tu dieta semanal no deben faltar legumbres, pastas, cereales, pan, leche, yogures, patatas, pescados, cacao, pollo, pavo y huevos.
- Consume con moderación quesos, patés, carnes rojas o embutidos.
- Evitar consumir grasas (mantequilla...), azúcares (golosinas, bollería...) alcohol y excitantes (café...).
- Completa tu dieta bebiendo abundante agua y haciendo ejercicio.

| MENÚ DEL DÍA | | | | |
|--------------|--------------|----------|----------|------|
| Desayuno | Media mañana | Almuerzo | Merienda | Cena |
| | | | | |

En el restaurante que has elegido, el precio del menú está desglosado por platos. Calcula el precio del almuerzo que has elegido para una persona. Si invitas a un compañero a almorzar, ¿cuánto cuesta el menú para dos personas?

| | |
|----------|-------------------|
| 1º PLATO | 4 € y 27 céntimos |
| 2º PLATO | 5 € y 48 céntimos |
| POSTRE | 2 € y 06 céntimos |
| BEBIDA | 1 € y 20 céntimos |
| PAN | 65 céntimos |

Si pagas el menú para dos personas con un billete de 50 €, ¿cuánto dinero le devolverán? Dibuja los billetes y monedas que te han devuelto.

| | | |
|---------------------------------|---------------------------------|--|
| Operación del precio de 2 menús | Operación del precio de 2 menús | Operación de la devolución del pago con 50 € |
| | | |

Devolución: 

¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A almorzar!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |



12. KÁRATE

Tras el almuerzo, llegas a otro pabellón donde se practica una de las disciplinas orientales, el kárate, que es un arte marcial tradicional. Nació en Japón y se caracteriza por ser algo más que un deporte, es una fuente de satisfacción para superarte a ti mismo/a cada día. Es una forma de pensar, de pasar un tiempo de ocio, de divertirse y de realizar una actividad saludable; se puede decir que es un estilo de vida.

En el kárate se permiten puñetazos, patadas, golpes de codo, de rodilla y de mano abierta. Se puede practicar como arte, como defensa personal o como deporte de contacto. Cada movimiento de combate tiene una puntuación específica y gana quién más puntos acumula.

- 1) ¿Qué significa la palabra kárate?
- 2) ¿Cómo se llama la cancha donde se practica el kárate
.....
- 3) ¿Cuáles son las medidas de la cancha?
.....
- 4) ¿Cuánto tiempo dura un combate de kárate?
.....
- 5) ¿Cómo es la ropa de kárate?
.....
- 6) ¿Cuántos cinturones de karate existen y qué colores tienen?
.....

Colores:

En estas preguntas aparecen diferentes determinantes o pronombres interrogativos. Si los clasificas correctamente habrás superado otra prueba, sumarás más puntos y podrás participar en el combate.

| Determinante interrogativo | Pronombre interrogativo |
|----------------------------|-------------------------|
| | |

*¡Preparados/as,
listos/as, ya!
¡A combatir!*



C.1

| | |
|---------------------------|-----------|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

C.2

| | |
|---------------------------|-----------|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |



13. HOCKEY SOBRE HIELO

¡Cuánto has aprendido con el kárate! Recuerda que además de ser un deporte, es una filosofía de vida en la que aprendes autocontrol por la gran disciplina que tiene.

Si sigues caminando por el circuito, empiezas a sentir el frío que sale del siguiente pabellón. Te asomas y encuentras el motivo: hay una pista de hielo donde se practica el hockey (también se puede practicar sobre hierba) o el patinaje. Hay otros deportes de hielo como el bobsleigh y el skeleton. Puedes buscar en Internet si quieres saber más de estos dos últimos deportes.

La pista de hielo está preparada para jugar un partido de hockey con sus pequeñas porterías de red. Se juega entre dos equipos de 6 jugadores cada uno, 5 de campo y un portero. No hay pelota, sino un disco de caucho que se desliza por el hielo y debe entrar en la portería rival movido por un largo bastón o palo plano que lleva cada jugador. Cada partido tiene tres tiempos de 20 minutos cada uno.

Si el partido de hockey que vas a jugar comienza a las 17:15 horas. ¿A qué hora termina el primer tiempo?

.....

Si hay un descanso de 15 minutos, ¿a qué hora comienza el segundo tiempo? y ¿a qué hora termina?

.....

Si se vuelve a hacer otro descanso de 15 minutos, ¿a qué hora comienza el tercer tiempo? y ¿a qué hora termina?

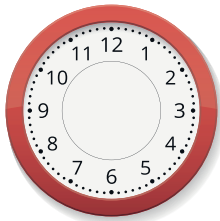
.....

Si se hace una prórroga a muerte súbita (quién marca primero, gana) de 5 minutos porque el partido ha quedado empate, ¿a qué hora terminaría el partido tras la prórroga completa?

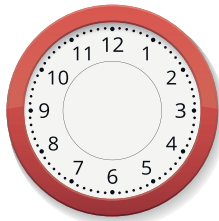
.....



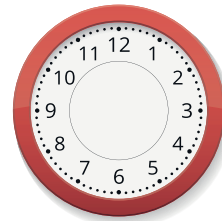
Dibuja los relojes con las horas y los minutos:



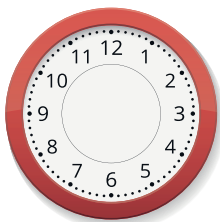
comienzo
del primer tiempo



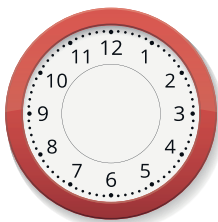
comienzo del
primer descanso



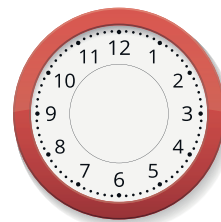
comienzo
del segundo tiempo



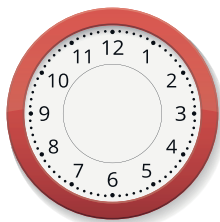
comienzo
del segundo descanso



comienzo
del tercer tiempo



comienzo
de la prórroga



final del partido

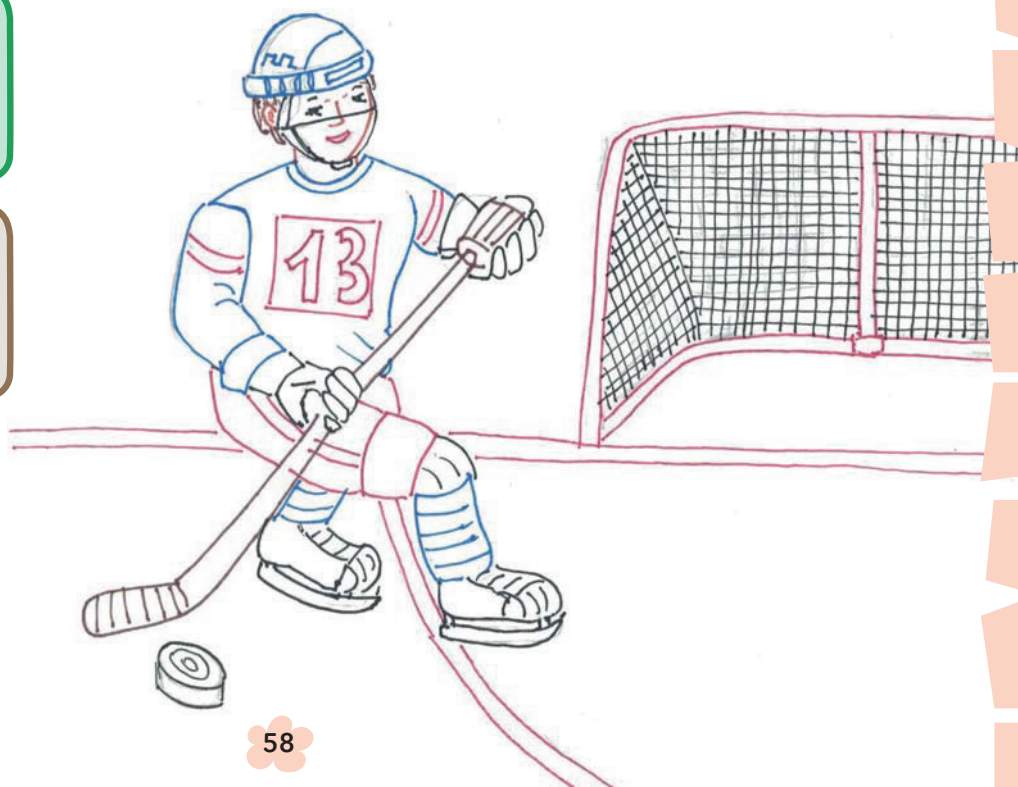
Gracias a estos relojes la puntualidad no te fallará en el partido que vas a jugar.

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A patinar!*

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!



14. TIRO CON ARCO

De nuevo sales al aire libre y el sendero del circuito te lleva a un gran campo con césped. Hay elementos de un deporte muy diferente a los anteriores, son dianas, arcos y flechas. Desde el comienzo de la historia, el ser humano ha utilizado la arquería para cazar y defenderse en la guerra.

Actualmente se mantiene como deporte y consiste en lanzar flechas con el arco para acertar lo más cerca del centro de una diana para obtener la máxima puntuación. La diana tiene 122 cm de diámetro con círculos concéntricos separados en cinco colores y 10 anillas de puntuación. El círculo central de color dorado amarillo es la puntuación máxima con 9 o 10 puntos. La diana está a 70 m del arquero y hay 40 segundos de tiempo para disparar.

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A disparar!*



Realizas 1º disparo que cae en la zona celeste nº 5 del cuarto superior izquierdo que señalas con un punto. Un 2º disparo llega a la zona negra con el nº 4 del cuarto superior derecho, que señalas también con un punto. Un 3º disparo llega a la zona roja nº 7 del cuarto inferior derecho, puedes señalarlo. Y un 4º disparo llega a la zona celeste con el nº 6 del cuarto inferior izquierdo y lo señalas también.

Traza líneas rectas con una regla de un punto a otro para obtener una figura geométrica. ¿Cómo se llama esa figura según el número de lados?

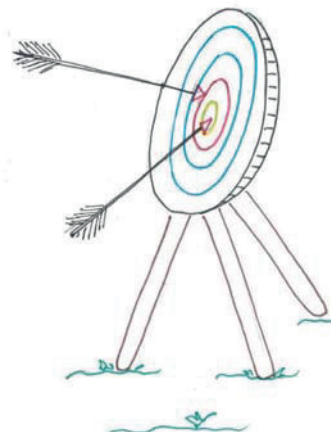
Señala sus ángulos, mídelos con un transportador y súmalos. Anota aquí los resultados.

Aún tienes la última oportunidad de disparo..., afina la puntería..., concéntrate..., ¡dispara!... Esta vez has dado en el blanco: centro, zona amarilla nº 10 ¡Enhorabuena!

| | |
|------------|--------|
| Ángulo 1 | grados |
| Ángulo 2 | grados |
| Ángulo 3 | grados |
| Ángulo 4 | grados |
| Total suma | grados |

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |



¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

15. GOLF

Detrás de las dianas, el campo de césped continúa. Divisas pequeñas elevaciones y explanadas con algunos hoyos. ¿Imaginas que deporte se puede practicar aquí?

Has acertado, es el golf. El golfista Severiano Ballesteros ha sido uno de los mejores jugadores de golf de la historia.

Esta actividad deportiva tiene como objetivo embocar una bola en los hoyos del campo con el menor número de golpes posibles. Para golpear la bola se utilizan unos palos especiales que pueden ser de madera, metal (hierro o acero) o bien híbridos. Constan de una varilla terminada en una cabeza que es la que golpea la bola y una empuñadura para agarrarlo. Existen diferentes tipos de palos según el golpe que se vaya a efectuar en función de la distancia al hoyo. El peso de la bola de golf es de 45'93 g.

La prueba propuesta para poder participar en este deporte es la siguiente:

En los diferentes deportes se utiliza una bola, pelota o balón diferente. Ordénalos de mayor a menor. No olvides utilizar los signos <, >, =

| | |
|-------------------------|----------------------|
| Rugby: 460 g | Béisbol: 142 g |
| Balonmano: 475 g | Waterpolo: 400 g |
| Tenis: 85'5 g | Hockey hierba: 163 g |
| Baloncesto: 650 g | Polo: 170 g |
| Futbol: 450 g | Pádel: 85'5 g |
| Voleibol: 280 g | Golf: 45'93 g |
| Gimnasia rítmica: 400 g | |



¡Preparados/as, listos/as, ya!

¡A embocar!



| | |
|---------------------------|-----------|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
 ¡EMPIEZA LA AVENTURA!
 ¡A PRACTICAR DEPORTES!

16. RUGBY

Y seguimos en la zona de hierba. Las señales te llevan a un campo de rugby, que es un deporte de contacto nacido en Inglaterra a partir de las reglas de fútbol en un colegio en la ciudad de Rugby en el siglo XIX.

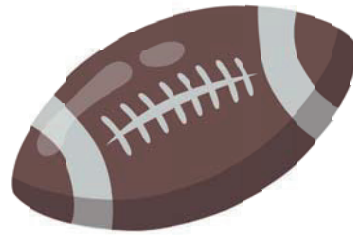
La leyenda cuenta que el joven William Webb Ellis era un estudiante de una escuela primaria inglesa, que cogió la pelota con sus manos en medio de un partido de fútbol en 1.823 y corrió hacia la línea de gol para crear este nuevo deporte.

Es un deporte donde se enfrentan dos equipos de 15 jugadores cada uno, para poner el balón en la zona de puntuación contraria más veces que el otro equipo. En cada extremo del campo hay unos largos postes en forma de H en lugar de portería.

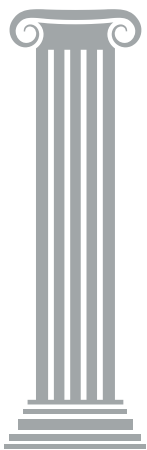
El rugby es el deporte nacional en Nueva Zelanda. El equipo "All Black" realiza un ritual antes de cada partido llamado "haka", para intimidar al equipo oponente. Puedes buscar en internet al algún vídeo de este ritual para aprender a practicarlo.

¿A qué fruta se parece el balón de rugby?

Traza sus ejes de simetría:



Como ya has leído antes, el rugby nació en el siglo XIX. Ya sabes que los números de siglos se escriben con números romanos. Éstos se escriben con letras del alfabeto romano para representar los valores 1, 5, 10, 50, 100, 500 y 1000 por I, V, X, L, C, D y M respectivamente. Escribe el valor de los números romanos y viceversa:



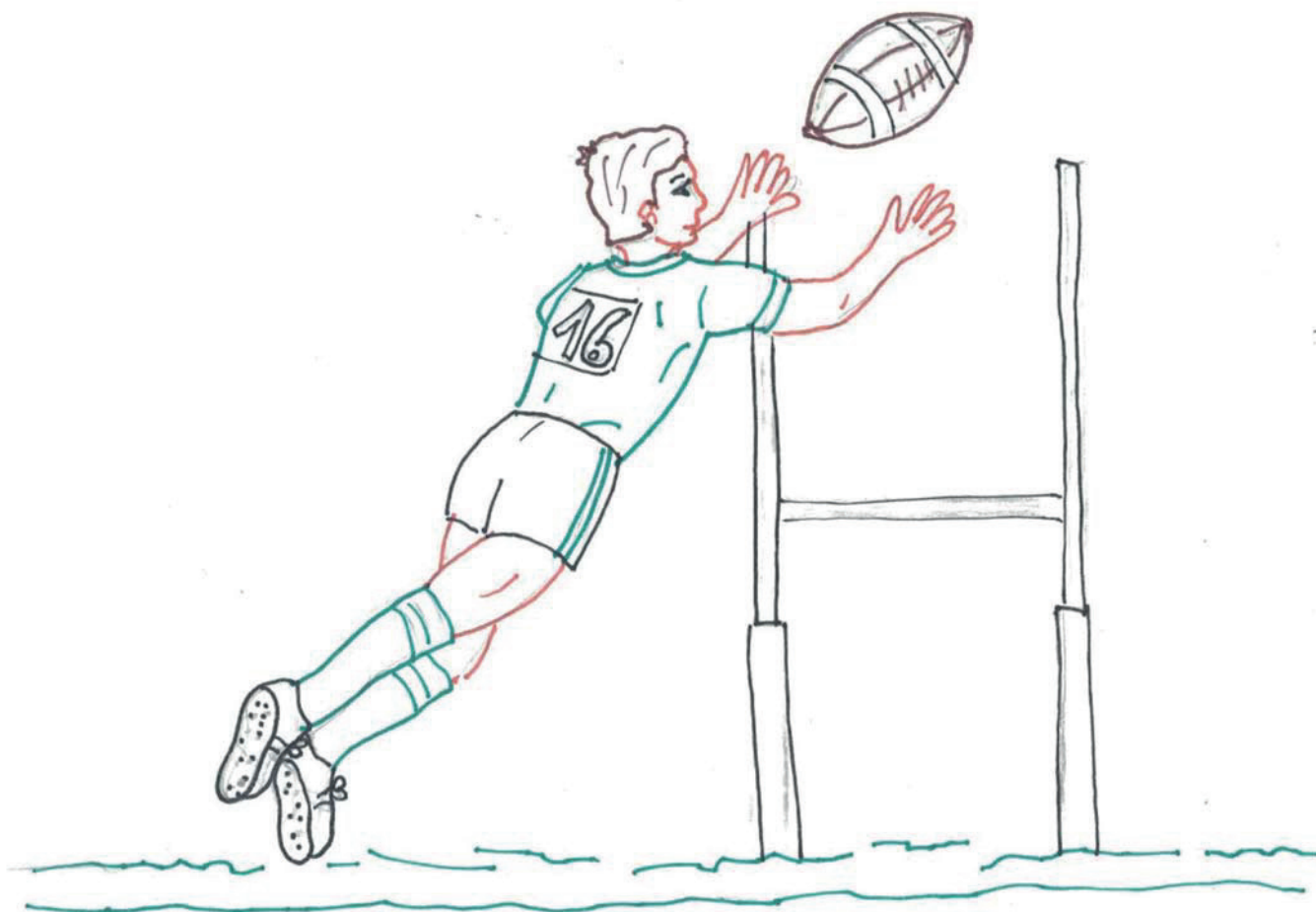
| | |
|---------------|---------|
| LXXIV = | 2.734 = |
| CIX = | 897 = |
| MDCCLXXVIII = | 284 = |
| MMXCV = | 3.446 = |
| CDLVI = | 660 = |
| DCCL = | 1.900 = |



EL año de comienzo del rugby fue en 1.823, completa la siguiente tabla con los diferentes periodos de tiempo que debes calcular a partir de esa fecha. Ten en cuenta que algunos periodos pueden no ser exactos por lo que puedes escribirlos lo más aproximado posible.

| Años | Décadas | Lustros | Semestres | Trimestres |
|------|---------|---------|-----------|------------|
| 1823 | | | | |

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A contactar!*




 ¿ESTÁS PREPARADO
 O PREPARADA?
 ¡EMPIEZA LA AVENTURA!
 ¡A PRACTICAR DEPORTES!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

17. EQUITACIÓN: SALTO ECUESTRE

Ya no te queda mucho para terminar el circuito. El sendero te lleva hasta un hipódromo, que es el lugar para la práctica de deporte con caballos. Hay una pista de carreras ovalada con arena y en el centro, una zona con obstáculos para saltos. Primero irás a los vestuarios para ponerte la ropa adecuada. También debes protegerte con el casco.

A continuación te diriges a las cuadras, donde puedes elegir el caballo o la yegua que más te guste y ayudar a ensillar/a. Es importante que establezcas una relación de empatía y confianza con el equino a través de tus palabras, tus caricias y tu calma.

Vas a salir a la pista hípica, demostrando que existe una relación sincronizada entre en la capacidad del caballo y del jinete, para saltar sobre una serie de obstáculos en un orden determinado.

Los jueces te piden que demuestres que sabes dividir y multiplicar resolviendo las siguientes operaciones. Tener un buen cálculo te servirá para repartir los pasos del caballo hasta llegar a cada salto o para calcular las vueltas que debes dar en tu recorrido. Indica si las divisiones son exactas o inexactas.

$434.967 \times 6 =$

$56.770 \times 39 =$

$3.950 \times 1.000 =$

$9.955 : 5 =$

$45.671 : 78 =$

$607.498 : 6 =$

$8.249 \times 825 =$

$3.287.600 \times 25 =$

$29.877 \times 347 =$

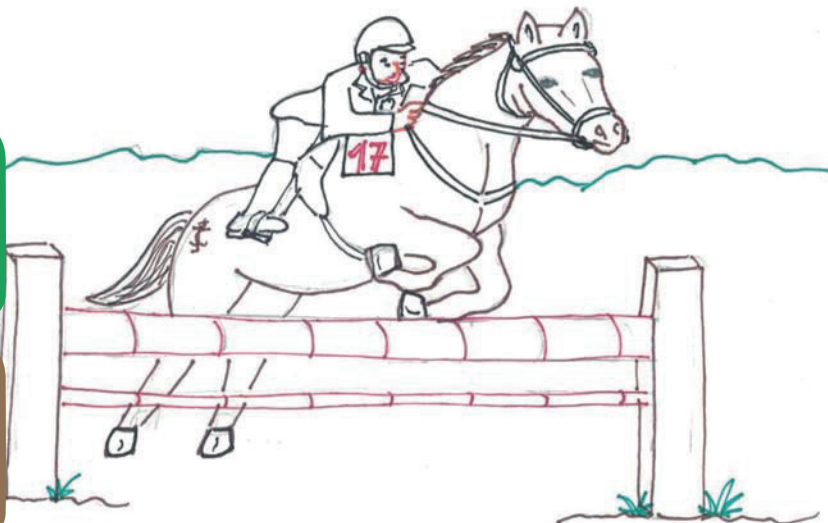
$820.230 : 675 =$

$8.656.668 : 34 =$

$41.010 : 100 =$

¡Preparados/as, listos/as, ya!

¡A saltar!



C.1

VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA

10

PUNTOS CONSEGUIDOS

C.2

VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA

10

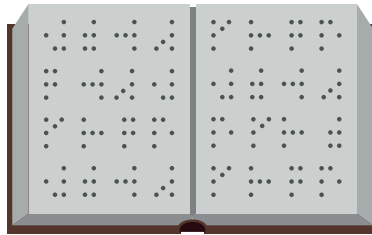
PUNTOS CONSEGUIDOS



¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

18. PIRAGÜISMO

Durante todo el camino te has estado guiando por señales de dirección. Éstas, además de encontrarlas en Braille para las personas con discapacidad visual, aparecen escritas en todas las lenguas de España, para que cualquier español pueda participar en los deportes de esta ciudad. En primer lugar están escritas en castellano como lengua oficial y después en otras lenguas oficiales de comunidades autónomas, que son: gallego, valenciano, euskera y catalán.



¿Puedes recordarnos en qué comunidades autónomas se hablan estas lenguas? Escribe también el gentilicio de cada comunidad y una palabra como ejemplo, que puedes buscar en internet.

| | Comunidad autónoma | Gentilicio | Ejemplo |
|------------|--------------------|------------|---------|
| Gallego | | | |
| Valenciano | | | |
| Euskera | | | |
| Catalán | | | |



El circuito te lleva a un puerto porque vas a participar en una competición de piraguas, demostrando tu velocidad y tu habilidad como piragüista. El piragüismo se practica en cualquier zona acuática: estanques, lagos, ríos o en el mar.

La piragua de competición es una embarcación larga, puntiaguda y ligera de fibra de kevlar o de carbono impulsada por una pala de dos hojas. Las competiciones se dividen en categorías según la edad y el sexo. Los piragüistas pueden ser una o dos personas que van sentados de frente para remar.

Antes de llegar a tu piragua subraya tres adjetivos del párrafo anterior y escríbelos en una oración cada uno con los siguientes grados. Solo así podrás remar.

Oración con grado comparativo de igualdad:

.....

Oración con grado superlativo relativo:

.....

-Oración con grado comparativo de inferioridad:

.....

*¡Preparados/as, listos/as, ya!
¡A navegar!*




¿ESTÁS PREPARADO
O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

19. ESCALADA

El final se acerca y divisas junto al puerto un rocódromo artificial exterior para practicar escalada libre. Esta actividad deportiva también se puede realizar en un entorno natural de roca o en alta montaña.

Antes de comenzar te proporcionan todo el equipo necesario para escalar una pared de roca vertical hasta coronar la cima. Para ello, coloca los pies con precisión en cada presa de escalada; eleva el talón, contrae la pantorrilla y realiza el impulso para subir.

Cada vez que pones un pie en cada presa para subir, encuentras un verbo escrito de los que están en cada expresión exclamativa final de cada capítulo (ejemplo: capítulo 1 ¡A comenzar!). Hay 23 verbos. Clasifícalos según la conjugación:

| | |
|----------------|--|
| 1º conjugación | |
| 2º conjugación | |
| 3º conjugación | |

A continuación elige tres verbos de los anteriores para conjugarlos en presente, pasado y futuro. Después escribe una oración con cada uno de ellos:

Presente:

Pasado:

Futuro:

Elige un verbo de los anteriores para conjugar el Pretérito imperfecto del Modo indicativo y otro para Futuro perfecto del Modo subjuntivo.

| Modo indicativo: Pretérito imperfecto | Modo subjuntivo: Futuro perfecto |
|--|-------------------------------------|
| Yo | Yo |
| Tú | Tú |
| Él/Ella | Él/Ella |
| Nosotros/as | Nosotros/as |
| Vosotros/as | Vosotros/as |
| Ellos/as | Ellos/as |

*¡Preparados/as,
listos/as, ya!
¡A escalar!*



¿ESTÁS PREPARADO
O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

| C.1 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| C.2 | |
|---------------------------|----|
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

20. PARAPENTE

Por último, el parapente, que es un deporte nacido a finales del siglo XX por la inventiva de unos montañeros que querían bajar volando en paracaídas desde las cimas por las que habían ascendido.

El parapente consta de un ala llamada vela o velamen y una silla o arnés con finas cuerdas que la unen a la vela. Es un planeador ligero sin motor y flexible, es decir, sin partes rígidas, por lo que puede ser transportado en el maletero de un coche. El peso del el equipo ronda los 15-20 kg. El piloto y el pasajero ocasional estarán equipados con el equipo de seguridad obligatorio: silla-arnés, cascos, gafas, paracaídas de emergencia y diversos instrumentos electrónicos como variómetro o altivario, GPS y equipo de radio.

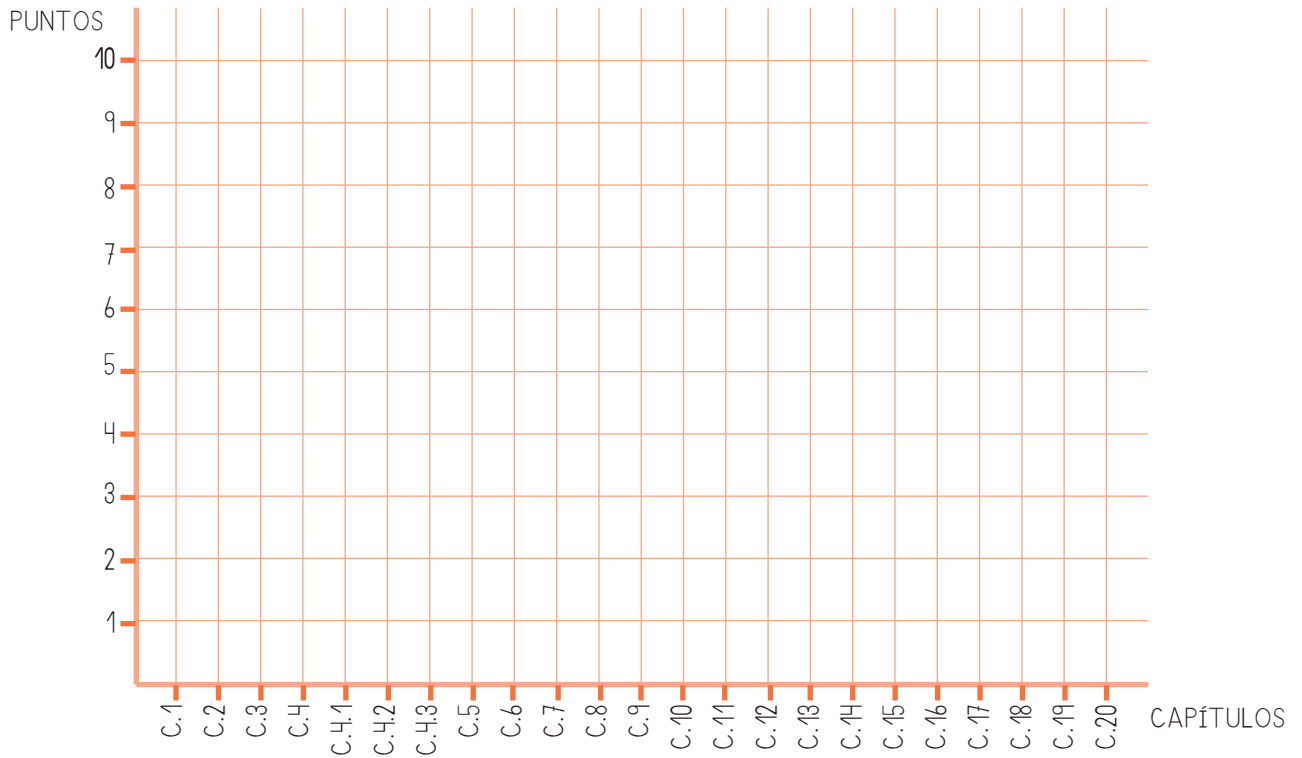
Vas realizar un vuelo en un parapente biplaza con un monitor muy experimentado. Te llevan en un vehículo a una montaña cercana a "Mundodeporte", que tiene la altura suficiente para practicar esta actividad. Volverás a esta ciudad porque aterrizarás en la pista del pódium y las medallas, situada junto al rocódromo.

Este es el último deporte que vas a practicar y es el que más respeto te produce por la altura a la que estarás. Ten valor, atrévete, confía. Experimentarás la gran sensación de libertad y de valentía. Disfrutarás de excelentes vistas como compensación al buen trabajo realizado en esta ciudad.

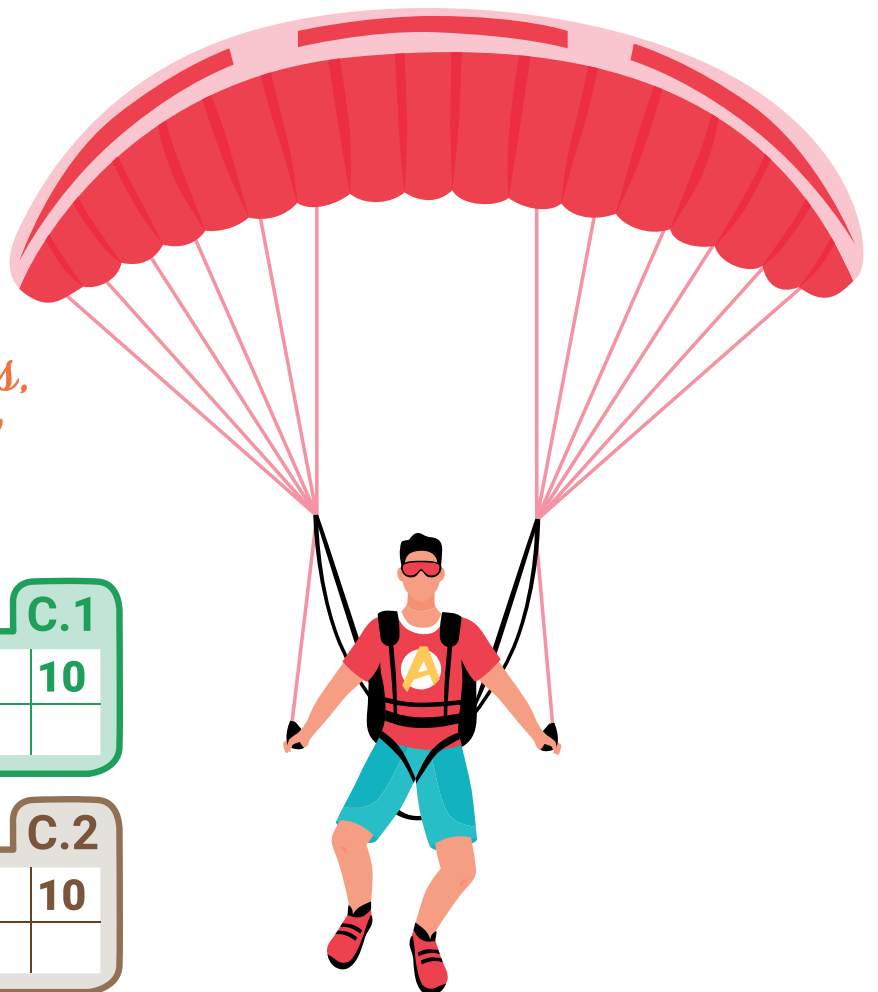
Abajo te espera la medalla de oro. Pero primero realizarás el recuento de puntos conseguidos en cada prueba en esta tabla de datos:

| Capítulos | Puntos | Capítulos | Puntos |
|--------------|--------|-------------|--------|
| Capítulo 1 | | Capítulo 10 | |
| Capítulo 2 | | Capítulo 11 | |
| Capítulo 3 | | Capítulo 12 | |
| Capítulo 4 | | Capítulo 13 | |
| Capítulo 4.1 | | Capítulo 14 | |
| Capítulo 4.2 | | Capítulo 15 | |
| Capítulo 4.3 | | Capítulo 16 | |
| Capítulo 5 | | Capítulo 17 | |
| Capítulo 6 | | Capítulo 18 | |
| Capítulo 7 | | Capítulo 19 | |
| Capítulo 8 | | Capítulo 20 | |
| Capítulo 9 | | | |

Realiza un gráfico de líneas con las puntuaciones que has obtenido en cada capítulo, para ver tu evolución en las actividades.



*¡Preparados/as,
listos/as, ya!
¡A volar!*



| | |
|---------------------------|-----------|
| C.1 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

| | |
|---------------------------|-----------|
| C.2 | |
| VALOR MÁXIMO DE LA PRUEBA | 10 |
| PUNTOS CONSEGUIDOS | |

¿ESTÁS PREPARADO O PREPARADA?
¡EMPIEZA LA AVENTURA!
¡A PRACTICAR DEPORTES!

El aterrizaje ha sido perfecto, gracias a la pericia de tu monitor y a tu colaboración. Te embarga una gran emoción por la experiencia vivida en las alturas. Has disfrutado de las vistas; has comprobado tu capacidad de adaptación y de aprendizaje. Y has apostado por tu confianza y valor, sin miedo. ¡Lo has conseguido!

Por todo lo anterior y por todo lo que has trabajado en esta experiencia de "Mundodeporte" te mereces ganar la medalla de oro al mejor o la mejor deportista. ¡Enhorabuena!



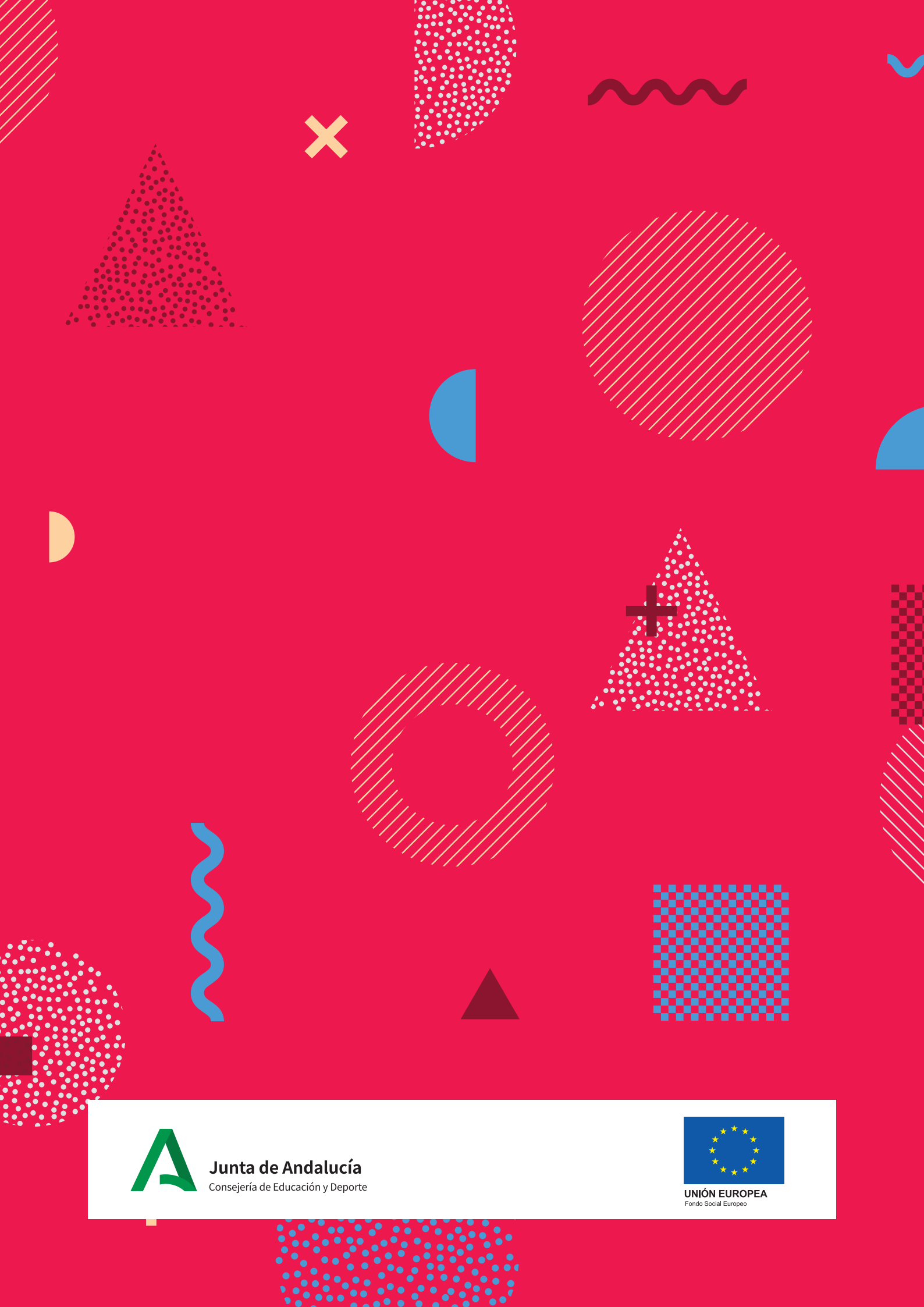
Recuerda que puedes encontrar más información sobre todos los deportes en los libros e internet. Y lo más importante: ¡no olvides practicarlos de forma constante en la realidad!

¡¡¡A PRACTICAR!!!



Dibuja tu deporte favorito de los que ha practicado en el cuadernillo





Junta de Andalucía
Consejería de Educación y Deporte



UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo