

GRADO: noveno **Guía de Aprendizaje Plan de mejoramiento**

AREA / ASIGNATURA: Educación física recreación y deportes.

DOCENTE:

Julián Felipe Pedraza E.

Periodicidad:

De 1 de febrero 2021

Al 19 febrero
de 2021

Objetivo de Aprendizaje:

Practicar precisión mediante el deporte de bolos en casa.

Instrucciones para el desarrollo de la guía:

Para cumplir con los objetivos primero creo los objetos a derribar por ejemplo los pines pueden ser con botellas plásticas, cartón o madera etc., y el objeto de lanzamiento puede ser una pelota de tenis, una pelota de trapo, o caucho. Luego realizo el cuadro de la pista de bolo con tiza o con un marcador.

COMPONENTE DEL ÁREA / ASIGNATURA

ACTIVIDAD 1

Leer las reglas y como se juega los bolos:

LAS REGLAS DEL JUEGO DE BOLOS

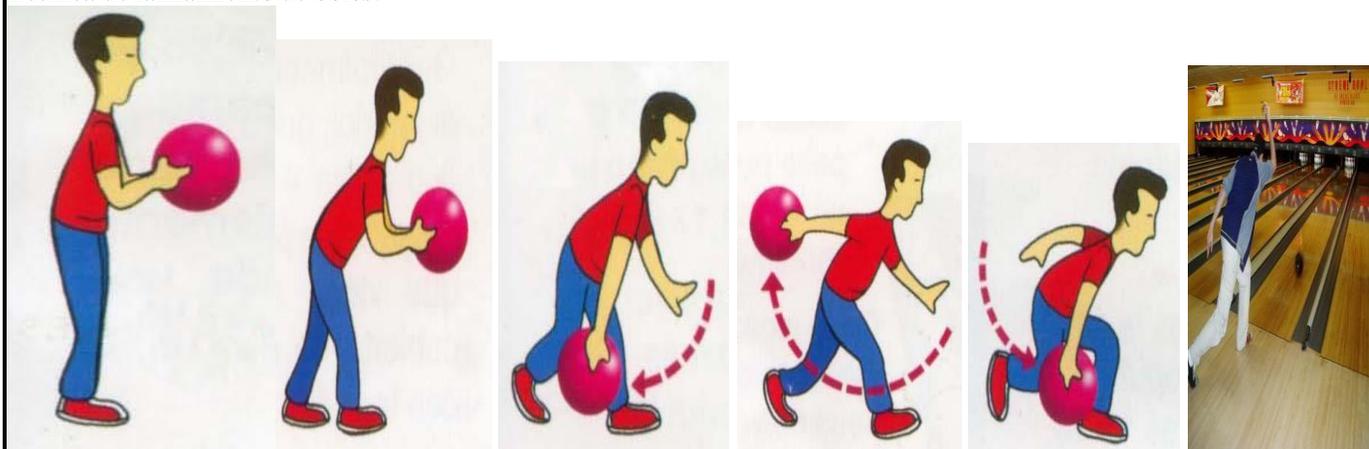
El **bolo americano**, **boliche**, **bolos** o **bowling** es un deporte de salón que consiste en derribar un conjunto de piezas de madera (llamados bolos, pines o palitroques) mediante el lanzamiento de una pesada bola contra ellas. La pista tiene unas dimensiones de 19,20 metros de largo por 1,06m de ancho y una zona de aproximación como mínimo de 4,60 metros. La confección de la misma antes se realizaba con listones de madera de pino americano con un ancho de 39 listones de 27,17 milímetros. Hoy en día se utilizan pistas sintéticas, simulando las líneas de los listones que sirven de referencia a los jugadores en sus lanzamientos. La bola es esférica y dispone de tres agujeros de forma que pueda ser tomada con poca fuerza. El peso de esta bola suele estar entre las 9 y las 16 libras (aproximadamente entre 4,08 y 7,25 kilogramos) y su diámetro es de 218,3 milímetros. Cada jugador tiene dos tiros por turnos a menos que en su primer tiro logre derribar los 10 pines. Se suma el número de pines derribados en los dos tiros para contar los puntos realizados en cada turno. Al realizar chuzas, la puntuación en ese turno es 10 más el número de pines que se derriben en el próximo turno. Cuando se derriban los 10 pines en el segundo lanzamiento, se llama media chuzas y la puntuación de ese turno son 10 más el número de pines que se derriben en el siguiente lanzamiento. Si el jugador pisa o atraviesa la línea de falta no se le valida los puntos que realice en ese lanzamiento por lo que se le anotará cero.

Como se juega:

Por cada bolo derribado se sumará un punto al marcador del jugador siempre y cuando no se den las siguientes circunstancias: Haber derribado todos los bolos en el primer lanzamiento de un juego. A esta jugada se le suele llamar *strike* (*pleno*, *moñona'* o *chuzas*) y se representa en el marcador con una **X**. En este caso el jugador no podrá utilizar su segundo lanzamiento del juego. Se sumarán diez puntos, más los puntos totales que se consigan en los dos siguientes lanzamientos de bola.

Haber derribado todos los bolos utilizando los dos lanzamientos del juego. A esta jugada se llama *spare*, *medio strike*, *semipleno*, *media chuzas* o simplemente *media*. Se representa en el marcador con una **/**. En este caso se sumarán diez puntos más los que se consigan en el siguiente lanzamiento de bola. La máxima puntuación posible son 300 puntos, y para conseguirla es necesario lograr 12 *strikes* consecutivos (de la tirada 1 a la 10 y sus dos adicionales correspondientes). Si el jugador pisa o atraviesa la línea de falta, se le anota un cero en el marcador, ya sea el primer tiro o en el segundo que efectuó. Por ejemplo: en su primer lanzamiento usted tiró *strike* (**X**), en el segundo lanzamiento lanza *strike* nuevamente (**X**), en el primer lanzamiento se suman 10 bolos más los que consiga en los dos tiros posteriores (30 bolos si se realizan 3 *strikes* consecutivos - ese es el máximo por partida), ahora si en el segundo lanzamiento en vez de lograr otro *strike* (**X**) un *spare* (**/**) en el primer tiro, usted lleva acumulados 20 bolos. Ahora si en el primer lanzamiento o en cualquier lanzamiento, no tiene que ser específicamente el primero, se consigue *spare*, ejemplo: si usted lanza en un tiro (9) y derriba el bolo que le quedó (**/**), usted logrará el *spare* (9/), esto quiere decir que usted derribó 10 bolos, y a esos 10 bolos se les suman lo que haga en su próximo lanzamiento. Si en el próximo lanzamiento usted derriba (8) bolos, en la casilla donde lanzó ese (9/) se colocarán (18) bolos como puntuación.

Técnica de lanzamiento de bolos:



<https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Bowling&oldid=129845914>

Crear ficha de puntajes:

ACTIVIDAD 2

Elaboración de los materiales ejemplos:



3. actividad

Realiza una conclusión del juego y menciona brevemente como se divertieron en casa.

Recursos físicos y virtuales propuestos:

Correo electrónico, wasap, celular, plataforma teams

Horario de atención a padres y estudiantes: lunes a viernes de 7:00 am a 1:00pm

Tiempos de entrega: 19 febrero de 2021

Medios de comunicación dudas y envío: correo electrónico, wasap, celular.

	DOCENTE	TELÉFONO	CORREO ELECTRÓNICO
	Julián F. Pedraza	3224597396	Julian.pedraza@sedtolima.edu.co