

	<b>GIMNASIO SABIO CALDAS (IED)</b> <b>Nuestra escuela: una opción para la vida</b> <b>PLAN ESCOLAR NO PRESENCIAL</b>	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

<b>Docente</b>	<b>Hugo Andrey Garzón</b>	<b>Grado</b>	Séptimo
<b>Asignatura</b>	Educación Física		
<b>Correo electrónico de contacto</b>	andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co*		
<b>Fecha de envío</b>	18 de Marzo de 2020	<b>Fecha de entrega</b>	27 de Marzo de 2020
<b>Tiempo de ejecución de la actividad</b>	2 horas		
<b>Tema</b>	Cuidado Corporal		

### Contextualización

Identificar por medio de la guía conocimientos sobre la locomoción y el cómo se deben realizar correctamente movimientos para una mejor actividad física cotidiana.

### ¿Cómo se debe mantener el control corporal en cada movimiento?

Analiza y ejecuta las características funcionales de los patrones de locomoción creando hábitos para su correcta utilización en actividades cotidianas

### Descripción de la actividad sugerida

1. Observar alguno de estos dos videos  
[https://www.youtube.com/watch?v=inBg\\_rW0prM](https://www.youtube.com/watch?v=inBg_rW0prM)  
<https://www.youtube.com/watch?v=VNkIn0oZsDo>
2. De los videos anteriores identificar las actividades que muestran y relacionarlas con la vida cotidiana en un cuadro sinóptico "hacer gráficas si lo crees necesario".
3. Realiza la siguiente rutina de ejercicios en mejora de tu estado físico, al retomar las clases se evaluará.  
<https://www.youtube.com/watch?v=Ih1UszyPHfk>

### Web gráfica/material fotocopiado (Anexo)

[https://www.youtube.com/watch?v=inBg\\_rW0prM](https://www.youtube.com/watch?v=inBg_rW0prM)  
<https://www.youtube.com/watch?v=VNkIn0oZsDo>  
<https://www.youtube.com/watch?v=Ih1UszyPHfk>

### Criterios de Evaluación

1. Interpretación de la temática por medio del trabajo escrito
2. Desarrollo de la practica en casa mostrar evidencia fotográfica dentro del trabajo.

\*Opcional

\*Tipo de letra Tahoma 11, interlineado 1.0, tamaño carta, margen estrecho, extensión de la actividad máx. 2 páginas, utilizar 2 links o herramienta tecnológica.