

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

Docente	Mónica C. Agudelo Guevara	Grado	Segundo
Asignatura	Educación Física		
Correo electrónico de contacto	monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co		
Fecha de envío	20 de abril de 2020	Fecha de entrega	24 de abril de 2020
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas		
Tema	Realiza ejercicios de caminar, trotar, correr y saltar con indicaciones de detención con o sin elementos deportivos.		
Contextualización			
Desarrollo de actividad física, el estudiante realizará ejercicios combinados teniendo en cuenta <ol style="list-style-type: none"> 1. caminar 2. Trotar 3. Saltar 			
Descripción de la actividad sugerida			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Realiza una secuencia de movimiento articular, en donde realices un estiramiento adecuado de tu cuerpo contando hasta 20 en inglés. <ol style="list-style-type: none"> a. secuencias utilizando <ul style="list-style-type: none"> • caminar línea recta, traslado 5 veces de frente y 5 veces lateral. • trote 10 minutos. • Saltar sogas pies juntos. • Saltar sogas familiares cantando oso osito. 			
Web gráfica/material fotocopiado (Anexo)			
Ninguna.			
Criterios de Evaluación			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Realiza la actividad en familia. 2. Dibuja el ejercicio que más gusto 			