

	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	2°A. Mónica C. Agudelo Guevara 2°B. Hugo Andrey Garzón		GRADO	Segundo
ASIGNATURA	Educación Física			
Correo electrónico Contacto	2°A: monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co 2°B: andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co			
Fecha de envío	3 de Agosto de 2020	Fecha de entrega	6 de Agosto de 2020	
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas			
TEMA	PATRONES BÁSICOS DE MOVIMIENTO. Caminar, correr, saltar, girar, rodar, trepar, con elementos gimnásticos			
Contextualización				
<p>Las habilidades motrices básicas se dividen en 4 grandes grupos (VV.AA., 1998):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desplazamientos: toda progresión de un punto a otro del espacio que utilice como medio único el movimiento corporal total o parcial (marcha, carrera, cuadrupedia, reptaciones, trepar, deslizamientos). • Saltos: Movimientos que tienen lugar por la acción de una o ambas piernas mediante los cuales el cuerpo del sujeto se aleja de la superficie de apoyo. • Giros: son movimientos que suponen una rotación alrededor de cualquiera de los ejes principales que atraviesan el cuerpo humano (longitudinal, antero-posterior, transversal). • Manipulaciones: son acciones mediante las cuales el sujeto interactúa con uno o más objetos de su entorno (lanzamientos, pases, recepciones, dejadas, conducciones). 				
Descripción de la actividad sugerida				
<p>En esta guía el estudiante realizará patrones básicos de movimiento como rodar, girar saltar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El tutor realizará una secuencia con obstáculos en donde el estudiante ejecutará los siguientes movimientos: <ol style="list-style-type: none"> a. Desplazamientos laterales, con saltos y elevación de rodillas b. Cambio de puesto y giros. c. Movimientos de imitación por 1 minuto de saltos giros, saltos y rodar. <p>Se recomienda observar el video de classroom por parte de los docentes para fortalecer la temática.</p>				
Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)				
https://www.efdeportes.com/efd214/patrones-basicos-de-movimiento-evaluacion.htm https://www.youtube.com/watch?v=H-UCKEt_mek				
Criterios de Evaluación				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica los patrones básicos de movimiento con ejercicios de salto, giro y ejercicios de rodar (heteroevaluación). 2. Presentar evidencia fotográfica de las actividades realizadas. 				