

	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 G.	GRADO	SEGUNDO
ASIGNATURA	Educación Física		
Correo electrónico Contacto	monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co		
Fecha de envío	13 de Julio de 2020	Fecha de entrega	17 de Julio de 2020
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas		
TEMA	ESQUEMA CORPORAL Independencia segmentaria, sistema óseo.		

Contextualización

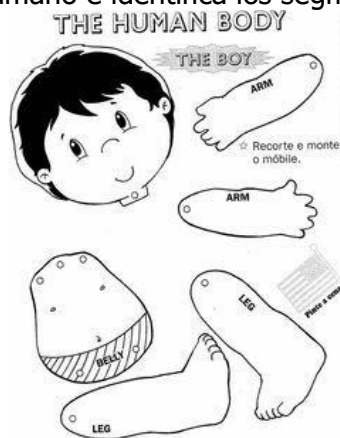
El **Esquema Corporal** es la conciencia que tenemos de nuestro cuerpo, de la situación y relación entre los diferentes segmentos que lo componen y de cómo el sujeto lo va percibiendo a lo largo de su vida.

Sistema óseo; el armazón que soporta nuestro cuerpo, protege nuestros órganos y permite nuestros movimientos.

Descripción de la actividad sugerida

Según la contextualización recordaremos el esquema corporal teniendo en cuenta las partes principales que lo componen. (cabeza, tronco, miembros superiores y miembros inferiores).

1. Arma el cuerpo humano e identifica los segmentos corporales.



2. Ahora nos centraremos en el sistema óseo para lo cual utilizaremos una canción. Dirigida por la docente Mónica Agudelo.

Cráneo: Frontal, parietal, temporal, occipital (dos palmadas), occipital.

Columna vertebral. sacro y coxis, iliaco.

Costillas, esternón, clavícula omoplato.

Huesos de los brazos 2 veces

Humero cubito radio y falanges. 2 veces

Huesos de os pies 2 veces

Fémur, tibia, peroné y falanges.

3. Actividad física aeróbicos.

https://www.youtube.com/watch?v=Yb_W7w1_gvg

Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)

Efdeportes.com

https://www.youtube.com/watch?v=Yb_W7w1_gvg

Criterios de Evaluación
1. Reconoce las partes principales del sistema óseo
2. Realiza actividad física dirigida
3. Autoevaluación
4. Heteroevaluación.
5. Presentar evidencia fotográfica de las actividades realizadas.