

	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	Educación Física: Mónica Agudelo, Nelson González, Andrey Garzón		GRADO	Séptimo
ASIGNATURA	Educación Física			
Correo electrónico Contacto	nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co			
Fecha de envío	8 de marzo del 2021	Fecha de entrega	12 marzo del 2021	
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas			
TEMA	Capacidades coordinativas, acondicionamiento físico			
Contextualización				
El gran partido				
<p>Había una vez un grupo de niños que habían quedado para jugar un partido de fútbol por todo lo alto. Habían decidido que cada uno llevaría un elemento importante que hubiera en todos los partidos oficiales, y así, uno trajo el balón, otro el silbato, otro una portería, otro los guantes del portero, las banderillas del córner, etc... Pero antes de comenzar el partido, a la hora de elegir los equipos hubo una pequeña discusión, y decidieron que podría elegir aquel que hubiera llevado el elemento más importante.</p> <p>Como tampoco se ponían de acuerdo en eso, pensaron que lo mejor sería empezar a jugar al completo, con todos los elementos, e ir eliminando lo que cada uno había traído para ver si se podía seguir jugando y descubrían qué era verdaderamente imprescindible. Así que comenzaron a jugar, y primero eliminaron el silbato, pero quien hacía de árbitro pudo seguir arbitrando a gritos. Luego dejaron a los porteros sin guantes, pero paraban igual de bien sin ellos; y tampoco se notó apenas cuando quitaron los banderines que definían los límites del campo, ni cuando cambiaron las porterías por dos papeleras...; y así siguieron, hasta que finalmente cambiaron también el balón por una lata, y pudieron seguir jugando...</p> <p>Mientras jugaban, pasó por allí un señor con su hijo, y viéndoles jugar de aquella forma, le dijo al niño: <i>- "Fíjate, hijo: aprende de ellos, sin tener nada son capaces de seguir jugando al fútbol, aunque nunca vayan a poder aprender ni mejorar nada jugando así"</i></p> <p>Y los chicos, que lo oyeron, se dieron cuenta de que por su exceso de orgullo y egoísmo, lo que se presentaba como un partido increíble, había acabado siendo un partido penoso, con el que apenas se estaban divirtiendo. Así que, en ese momento, decidieron dejar de un lado sus opiniones egoístas, y enseguida se pusieron de acuerdo para volver a empezar el partido desde el principio, esta vez con todos sus elementos. Y verdaderamente, fue un partido alucinante, porque ninguno midió quién jugaba mejor o peor, sino que entre todos sólo pensaron en divertirse y ayudarse.</p>				

Descripción de la actividad sugerida

- 1-Realizar calentamiento de forma autónoma y responsable, durante 15 minutos
- 2-Describir que mensaje deja la contextualización de la guía y como se podría en práctica en nuestras vidas
- 3-Realizar la rutina de ejercicios dados en la asesoría virtual, con elementos (ganchos de ropa o botellas plásticas)

Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)

<http://tamara-educacionfisica.blogspot.com/p/cuentos-deportivos-y-muy-divertidos.html>

Criterios de Evaluación

Presentar la guía con una calidad de trabajo excelente, y realizar la secuencia de ejercicios planteados en la asesoría virtual