

OBJETIVO Interpretar por medio de esta guía de trabajo los factores que contribuyen a la formación integral de cada estudiante complementando lo visto hasta el momento en clase.

CONTENIDOS

Tema temporal- espacial, en diferentes espacios CON y SIN elementos

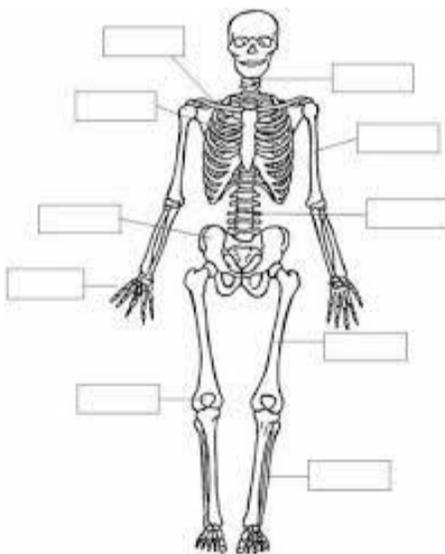
ACTIVIDADES A DESARROLLAR

¿Porque es importante la percepción de espacio y tiempo?

"La habilidad espacio-temporal es imprescindible para el correcto desarrollo de la lecto-escritura, y la ubicación que tienen los seres humanos en determinados sitios o circunstancias" <http://www.efdeportes.com>

ACTIVIDAD

1. Elaborar una secuencia de calentamiento y estiramiento, como se realiza en clase, con el propósito de interiorizar los movimientos que se hacen y su participación de ellos para mejorar mi calidad de vida, la secuencia tendrá un orden y las rutinas de estiramiento serán de arriba abajo; es decir, los primeros estiramientos serán los de la cabeza y por último los de los pies, la descripción será por medio de una gráfica o dibujo en donde llevará su respectiva explicación; de forma autónoma, realizar las rutinas explicadas por usted con el propósito de hacer actividad física en casa.
2. Determinar en que deportes yo tengo que utilizar el tiempo y espacio para hacer efectivamente un ejercicio en Educación Física, **ejemplo** (Cuando yo lanzo un balón hacia arriba el estudiante tiene que calcular cuando y como atrapar este balón, en mis manos para que no se me caiga), hacer 3 ejemplos con su respectiva explicación complementándolo con una gráfica elaborada.
3. El cuerpo humano está conformado por 206 huesos en donde tenemos unos largos otros pequeños, unos ubicados en cabeza otros en la mano, observa el dibujo y ubica 20 huesos del cuerpo humano, e investiga que función tiene el sistema óseo en nuestro cuerpo humano.



4. Los puntos cardinales son esenciales para la ubicación de nuestra vida diaria, ellos nos dan la orientación necesaria para poder establecer parámetros efectivos en nuestro deporte, al respecto elabora un mapa del recorrido del colegio cuando hacemos el calentamiento y describa cada punto cardinal en este mapa, sumado a esto señala un espacio específico del colegio por donde pasa el recorrido, la base de este ejercicio parte desde la cancha de fútbol, es decir si se sitúa en este espacio podrá determinar cuál es el sur, norte, oriente y occidente del colegio, un ejemplo al costado norte del colegio encontramos la casita azul de transición.

NOTA

Este trabajo se presentará en hojas blancas, con su respectiva presentación nombre, curso y asignatura.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

<http://www.efdeportes.com>

https://www.google.com/search?q=sistema+oseo+para+ni%C3%B1os&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=2ahUKEwiy8Y_wuJ_oAhUCU98KHSbyC88Q_AUoAXoECAwQAw

¡ÁNIMO!

DOCENTE NELSON GONZÁLEZ---LIC. EDUCACIÓN FÍSICA