

	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	Nelson González	GRADO	Tercero
ASIGNATURA	Educación Física		
Correo electrónico Contacto	nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co		
Fecha de envío	21 de Julio de 2020	Fecha de entrega	24 de Julio de 2020
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas		
TEMA	Esquema corporal		

Contextualización

El esquema corporal es una representación del cuerpo, una idea que tenemos sobre nuestro cuerpo y sus diferentes partes y sobre los movimientos que podemos hacer o no con él; es una imagen mental que tenemos de nuestro cuerpo con relación al medio, estando en situación estática o dinámica.

Gracias a esta representación conocemos nuestro cuerpo y somos capaces de ajustar en cada momento nuestra acción motriz a nuestros propósitos.

Esta imagen se construye muy lentamente y es consecuencia de las experiencias que realizamos con el cuerpo; se llega a poseer mediante ensayos y errores, ajustes progresivos... y los nuevos elementos se van añadiendo como consecuencia de la maduración y de los aprendizajes que se van realizando.

Podemos señalar los siguientes elementos que influyen en el desarrollo del esquema corporal:

- **Percepción:** nos da información de nuestro cuerpo y del de los otros, así como visión del espacio, de nuestras actividades, distancias, dirección, peso de un objeto, etc.
- **Movimiento:** nos da información sobre nuestras posibilidades y limitaciones, lo que somos capaces de alcanzar con nuestro propio cuerpo.
- **Cognitivos:** nos permite tener conciencia de nuestro cuerpo, diferenciándonos de los demás, nos permite integrar y codificar información de manera lógica y estructurada para poder dar una respuesta.
- **Lenguaje:** sirve para poner nombre a las partes del cuerpo añadiéndole un significado.

Descripción de la actividad sugerida

Según la contextualización debes realizar:

1. Dibujar en un pliego de cartulina una pista de obstáculos en donde tengamos los siguientes elementos
 - a. Una salida y una meta
 - b. Un objetivo planteado
 - c. Un reglamento de su propio juego

- d. Unos niveles de complejidad
- e. Pasos de la pista en donde tenga que saltar
- f. Pasos angostos
- g. Pasos en donde tengamos túneles
- h. Pasos en donde hay equilibrio
- i. Pasos en donde tenga que armar alguna pista para pasar al siguiente nivel
- j. Pasos donde sea necesario colgarse de algo para sobrepasar
- k. Pasos en donde sea necesario un arrastre
- l. Pasos en donde, para pasar, tenga que jugar golosa
- m. Pasos en donde se utilicen obstáculos grandes y pequeños
- n. Pasos en donde tenga que transportar algún objeto de un lugar a otro
- o. Pasos para formar alguna palabra
- p. Pasos en donde utilice agua y tenga que pasarla sin mojarse
- q. Pasos para sumar puntos
- r. Pasos en donde se evidencien sitios peligrosos

NOTA:

El juego es pura creatividad y diversión, es libre de acomodarlo como quiera, lo importante es siempre manejar una dirección y un objetivo

Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)

<https://sites.google.com/site/educacionfisicajosejavier/teoria/esquema-corporal>

Criterios de Evaluación

1. Identifica mediante un juego la utilización de su cuerpo en diferentes dimensiones y estructuras, manejando tiempo y espacio.
2. Autoevaluación.
3. Heteroevaluación.
4. Presentar evidencia fotográfica de las actividades realizadas.