

	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

DOCENTES	Andrey Garzón. Nelson González	GRADO	Octavo
ASIGNATURA	Educación Física		
Correo electrónico de contacto	Hugo Andrey Garzón andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co Nelson Alejandro González nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co		
Fecha de envío	14 de Septiembre de 2020	Fecha de entrega	18 de Septiembre de 2020
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas		
TEMA	Ejecución de actividades deportivas y sistema Endocrino.		
Contextualización			
<p>¿Qué es el sistema endocrino?: El sistema endocrino está formado por glándulas que fabrican hormonas. Las hormonas son los mensajeros químicos del organismo. Transportan información e instrucciones de un conjunto de células a otro. El sistema endocrino influye en casi todas las células, órganos y funciones del cuerpo.</p> <p>¿Qué hace el sistema endocrino?: Las glándulas endocrinas liberan hormonas en el torrente sanguíneo. Este permite que las hormonas lleguen a células de otras partes del cuerpo. Las hormonas del sistema endocrino ayudan a controlar el estado de ánimo, el crecimiento y el desarrollo, la forma en que funcionan los órganos, el metabolismo y la reproducción.</p> <p>El sistema endocrino regula que cantidad se libera de cada una de las hormonas. Esto depende de la concentración de hormonas que ya haya en la sangre, o de la concentración de otras sustancias, como el calcio, en sangre. Hay muchas cosas que afectan a las concentraciones hormonales, como el estrés, las infecciones y los cambios en el equilibrio de líquidos y minerales que hay en la sangre.</p>			
Descripción de la actividad sugerida			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Realiza una gráfica sobre el sistema endocrino y describe sus componentes. 2. Realiza un buen calentamiento de 10min. 3. actividad física propuesta en clase. 4. Realizar ocho ejercicios prácticos donde se involucren fundamentos deportivos con balón teniendo presente series y repeticiones. 			
Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)			
https://kidshealth.org/es/teens/endocrine-esp.html			
Criterios de Evaluación			
<p>Investiga temáticas relacionadas con el sistema endocrino y sus funciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ejercicios físicos por medio de repeticiones, desarrollo de la actividad y enviar evidencias fotográficas. 2. enviar evidencia fotográfica y consulta a classroom. 			