

	<b>GIMNASIO SABIO CALDAS (IED)</b> <b>Nuestra escuela: una opción para la vida</b> <b>PLAN ESCOLAR NO PRESENCIAL</b>	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

<b>DOCENTE</b>	<b>5°A.</b> Andrey Garzón <b>5°B.</b> Nelson González	<b>GRADO</b>	Quinto
----------------	--	--------------	--------

<b>ASIGNATURA</b>	Educación Física		
-------------------	------------------	--	--

<b>Correo electrónico</b>	4°A. <a href="mailto:andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co">andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co</a>		
<b>Contacto</b>	4°B. <a href="mailto:nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co">nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co</a>		

<b>Fecha de envío</b>	21 de Septiembre de 2020	<b>Fecha de entrega</b>	25 de Septiembre de 2020
-----------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------

<b>Tiempo de ejecución de la actividad</b>	2 horas		
--	---------	--	--

<b>TEMA</b>	Habilidades y destrezas motrices		
-------------	----------------------------------	--	--

### Contextualización

#### Habilidades de deportes con elemento

En la actividad física y en muchos deportes el elemento con que se juega o se desarrolla el deporte está determinado por un mecanismo en común, ya sea una pelota, un palo, una raqueta, un lazo y otros más, que hacen el complemento directo para obtener los beneficios esperados de diversión y competencia, esta semana queremos darles a conocer cómo los elementos o complementos deportivos tienen una función importante en el desarrollo físico y motriz de cada uno de nosotros.



#### Descripción de la actividad sugerida

Esta semana practicaremos pre deportivos guiados a fortalecer las habilidades y destrezas, por medio de las siguientes actividades.

1. Determinar tres deportes individuales en donde se utilice un elemento y tres deportes en grupo con elemento, teniendo en cuenta intensidad, el objetivo y qué valor deportivo es el común determinante.
2. Realización de actividad física explicando el deporte individual escogido y dando su intensidad, su objetivo y su valor deportivo en la asesoría virtual.

#### Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)

<https://www.google.com/search?q=imagenes+de+deportes+aerobicos&tbm=isch&source=iu&ictx=>

#### Criterios de Evaluación

Argumenta y expone lo consultado y da ejemplos de los deportes individuales y grupales por medio de su consulta.

Anexar evidencia fotográfica y/o video corto.