

	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	5°A. Andrey Garzón 5°B. Nelson González	GRADO	Quinto
----------------	--	--------------	--------

ASIGNATURA	Educación Física		
-------------------	------------------	--	--

Correo electrónico	5°A. andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co		
Contacto	5°B. nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co		

Fecha de envío	28 de Septiembre de 2020	Fecha de entrega	2 de Octubre de 2020
-----------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------

Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas		
--	---------	--	--

TEMA	Habilidades y destrezas motrices		
-------------	----------------------------------	--	--

Contextualización

CORRO, SALTO Y ME RECUPERO



En la actividad física y en deportes como el atletismo como base, necesario para poder ejecutar las diferentes prácticas, el atletismo es esencial y clave para poder llegar a los objetivos propuestos, en esta semana vamos a ver las diferentes ramas del atletismo, que se clasifican en resistencia, velocidad, saltos y lanzamiento.

Descripción de la actividad sugerida

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

1. Consultar las diferentes ramas del atletismo y dar ejemplos de actividades de resistencia, velocidad saltos y lanzamientos
2. Realización de actividad física explicando las diferentes ramas del atletismo, 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 del por medio de su consulta.

Anexar evidencia fotográfica y/o video corto.