

	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	Educación Física: Mónica Agudelo, Nelson González, Andrey Garzón		GRADO	Segundo
ASIGNATURA	Educación Física			
Correo electrónico Contacto	nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co			
Fecha de envío	15 de junio del 2021	Fecha de entrega	18 de junio de 2021	
Tiempo de ejecución de la actividad	2 horas			
TEMA	COORDINACIÓN: Ojo-mano, Ojo –pie y coordinación, Dinámica general con traslados utilizando material deportivo individual.			
Contextualización				
La coordinación, óculo-manual				
En esta sesión se desarrollan juegos relacionados con los lanzamientos y las recepciones que es un contenido que se trabaja dentro de las habilidades motrices básicas.				
El lanzamiento se puede definir como una habilidad motriz que permite al sujeto desprenderse de un móvil con la ayuda de los miembros superiores para posteriormente recorrer una trayectoria.				
Descripción de la actividad sugerida				
Esta semana trabajaremos coordinación viso-manual.				
Material para la clase pelota de tenis y una raqueta de tenis pequeña.				
1. Calentamiento general con música. 2. Ejercicios variados con el deporte tenis donde el estudiante realizará diferentes movimientos de ubicación espacial arriba abajo, traslados, al frente con un objetivo específico lanzamiento con la raqueta. 3. Ejercicios variados en asesoría virtual.				
Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)				
https://www.efdeportes.com/efd143/lanzamientos-y-recepciones.htm				
Criterios de Evaluación				
Realiza ejercicios de coordinación viso manual fortaleciendo ubicación espacial.				
Enviar evidencia fotográfica y/o video cortos a classroom.				