

	GIMNASIO SABIO CALDAS (IED) Nuestra escuela: una opción para la vida GUÍAS DE APRENDIZAJE – PLAN ESCOLAR	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

DOCENTE	Mónica C. Agudelo – Nelson González - Edwin Varón	Grado	Segundo
ASIGNATURA	Educación Física		
Correo electrónico de contacto	nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co edwin.varon@sabiocaldas.edu.co		
Periodo académico	Tercer Periodo		
Tiempo de ejecución de la actividad	15 días (20 al 1 de octubre)		
¿Qué competencia(s) debo alcanzar?	Interpretativa - Praxeológico		
Temáticas mediadoras	Coordinación viso manual		
Metas	Socioafectiva: Respeto la palabra y participo en juegos grupales respetando a mis compañeros.		
	Metas de aprendizaje: Realiza juegos pre deportivos tenis.		

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿QUÉ SE VA A EVALUAR?	¿CÓMO SE VA A EVALUAR?	¿CUÁNDO SE VA A EVALUAR?
Realiza secuencias de coordinación viso manual.	COORDINACIÓN viso manual, lanzar, pasar, recibir.	20 AL 1 de octubre.

SEMANA 1 (20 al 24 de septiembre)

ACTIVIDAD INICIAL:

¿Qué es coordinación viso manual?

CONTEXTUALIZACIÓN:

La estimulación de la coordinación visomotora es de gran importancia por su influencia para el desarrollo y dominio del cuerpo desde los más generales hasta aquellos movimientos de carácter fino como ser la escritura. Asimismo, en la psicomotricidad esta manifestación hace referencia a la facilitación de ciertos patrones de conducta que serán de gran valor para el actuar diario, mediante la relación de la vista y el movimiento corporal en actuación simultánea.

ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO:

Material de clase: pelota de tenis.

1. calentamiento general de articulaciones.
2. Trote suave fortaleciendo respiración.
3. Calentamiento con 5 secuencias con 10 repeticiones.
4. Realizar los ejercicios <https://www.youtube.com/watch?v=R7OY3jYXTpo>

SEMANA 2 (27 al 1 de octubre)

ACTIVIDAD INICIAL:

Material de clase: pelota de tenis y raqueta pequeña ping pong.

1. Calentamiento general
2. Trote continuo manejo respiración.
3. Secuencia de 5 de ejercicios con 10 repeticiones.
4. Ejercicios de control con y sin raqueta link para practicar <https://www.youtube.com/watch?v=w2oQX9dqe8A>

ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO:

Evidencia fotográfica y/o video corto de actividades de clase.

REFERENCIAS: WEBGRAFÍA.

Semana 1:

<https://www.efdeportes.com/efd193/coordinacion-visomotora-y-retraso-mental-moderado.htm>

<https://www.youtube.com/watch?v=R7OY3jYXTpo>

Semana 2:

<https://www.youtube.com/watch?v=w2oQX9dqe8A>