INSTITUCIÓN EDUCATIVA FEDERICO SIERRA ARANGO

Resoluciones Dptales. 15814 de 30/10/2002 - 9495 de 3/12/2001

NIT: 811039779-1 DANE: 105088001750

Bello - Antioquia

GUIA 3, SEMANA 5 Y 6 PERÍODO 3.
Área: EDUCACION FISICA.
Grupo: 301, 302, 303, 304.
Logro: Realizo prácticas de lanzamientos y recepciones.
Base conceptual: Formas básicas de lanzamiento y recepciones
Fecha de presentación de la guía: del 2 al 13 de agosto.
- **Responsable:** luisjavier.urrego@virtual.edu.co (3°1 y 3°2) - ada.ospina@virtual.edu.co (3°3 y 3°4)
OBSERVACIONES: • No olvides que tu taller será desarrollado y calificado en clase, si estas asistiendo de forma presencial. • Recuerda la fecha límite de entrega si estas estudiando de forma virtual es el (**VIERNES 13 de agosto**). • La solución del taller, debe ser en el cuaderno, con letra del estudiante y enviado a classroom del docente si estas en modo virtual. • Lee con atención y resuelve el taller siguiendo cada una de las indicaciones dadas por los docentes. • **NOTA:** la entrega de este taller debe hacerse desde el correo institucional del estudiante, a classroom del docente.
CRITERIOS DE EVALUACIÓN: Autoevaluación 5%, Heteroevaluacion. 15% Seguimiento 35%, (*talleres, actividades en clase, compromisos para la casa, etc.*) Martes de prueba 15%, Exámenes 15% (*sustentaciones, participación en clase, etc.*) Prueba de período 15% para un total de 100%.

Ed. Física

LANZAMIENTOS Y RECEPCIONES.

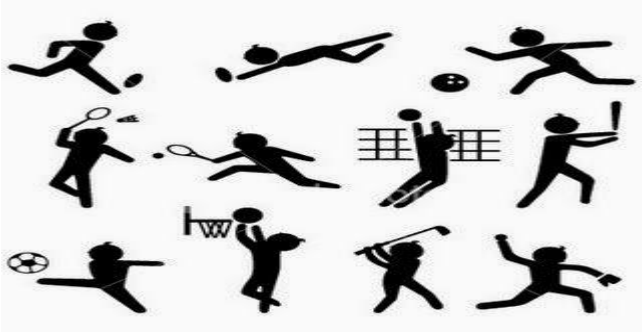
Los **lanzamientos** y las **recepciones** son habilidades básicas que evolucionan a partir de patrones motrices manipulativos como: agarrar, alcanzar, arrojar, atajar, tomar y saltar. ... Factores determinantes: lateralidad, coordinación dinámica general y coordinación óculo-motriz.

HABILIDADES QUE SE DESARROLLAN

- Movimiento integrate. ...
- Coordinación ojo-mano. ...
- Aprendiendo acerca de la gravedad y de las propiedades de los objetos. ...
- Habilidades bilaterales. ...
- Percepción visual y control. ...
- Estado físico y salud. ...
- **Habilidades** sociales.

FACTORES DETERMINANTES DE LOS LANZAMIENTOS Y LAS RECEPCIONES.

1.LATERALIDAD
2.COORDINACION DINAMICA GENERAL
3.COORDINACION ÓCULO-MOTRIZ



ACTIVIDADES.

1.Debes de copiar el taller en tu cuaderno.

2.Observa el siguiente video de YouTube.

3.Realiza una sopa de letras con las siguientes palabras agarrar, alcanzar, arrojar, atajar, tomar y saltar.

4.Escribe una oración gramatical con cada una de las palabras anteriores.

5.Realiza 5 ejercicios diferentes de lanzamiento y recepción, en compañía de un adulto, utiliza una pelota o un balón y graba un video.

6.Debes de enviar las evidencias por Classroom.