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 DIDACTICA VIRTUAL CUATRO

Periodo	**3**	**Semanas 1 - 2**	**Fecha**	**MES**	**JULIO**	**DÍA**	**6 - 16**	**AÑO**	**2021**
Educador:	**Lila Milanés, Ana Lucia Serna, Claudia Valderrama, Gladys Álvarez**			**Áreas: EDUCACION FISICA**					
Grado:	**2**	**OBSERVACIONES:** Esta actividad tiene una nota en educación física. Debes realizar los ejercicios. Enviar fotos, pequeños videos o presentar en clase las que más te gustaron.							

COMPETENCIAS: Permitir el movimiento de las articulaciones a través de ejercicios de flexibilidad.

BASE CONCEPTUAL 1: EJERCICIOS GENERALES Y DE FLEXIBILIDAD.

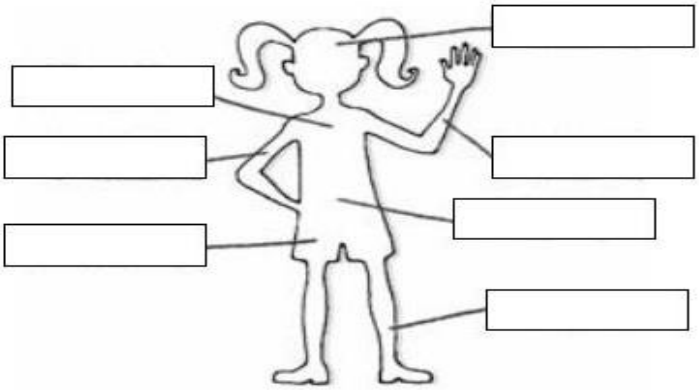
Actividad 1: Práctica realizando todos los ejercicios generales y de flexibilidad propuestos en la figura. Puedes disponer de unos 30 segundos a 1 minuto para cada uno. Usa ropa cómoda y diviértete.

BASE CONCEPTUAL 2: ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Actividad 2: Realiza las actividades propuestas a continuación:

1. Escribe los nombres.

antebrazo
cabeza
abdomen
pierna
tórax
muslo
brazo

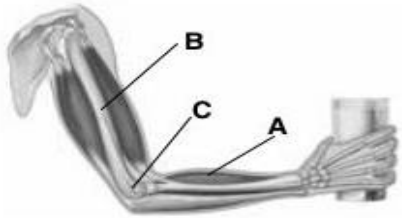


2. Completa con las palabras del recuadro.

músculos	corazón	piel	cerebro	huesos

- El cuerpo está cubierto por la _____. Bajo ella se encuentran los _____ y los _____.
- En la cabeza se encuentra el _____ que nos permite pensar.
- En el tronco hay varios órganos, como el _____.

3. Observa el dibujo y contesta.



- ¿Qué parte del cuerpo representa el dibujo? _____
- ¿Qué letra señala un hueso? _____
- ¿Qué letra señala un músculo? _____
- ¿Qué letra señala una articulación? _____

4. ¿Por qué los músculos hacen que se muevan los huesos? Marca la respuesta correcta.

- ☐ Porque los músculos son rígidos.
- ☐ Porque los músculos son elásticos.
- ☐ Porque los músculos son los órganos que forman el esqueleto.