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 # 2 PERIODO 2 **SEMANA 3 y 4**	
AREA: **-Educación física**	**GRADO: Cuarto 1, 2, 3, 4.** **Quinto: 1, 2, 3.**
FECHA: Semana del 19 al 30 de Abril de 2021.	
DOCENTE: Ada Felicia Ospina Padilla. Javier Urrego Urrego (Jorge Rentería)	
BASE CONCEPTUAL: La fuerza y la velocidad.	
LOGROS Identifica en la fuerza y la velocidad, cualidades que se desarrollan con el ejercicio y la constancia.	
OBSERVACIONES: - Cada tema debe ser escrito en el cuaderno respectivo, con su taller solucionado en el cuaderno. - Escribir título, número del taller y la fecha. - Solucionar cada taller, con letra del estudiante y orientación de un adulto responsable. - Entregar el trabajo hasta el 30 de abril, enviar las fotos o archivo de Word o PDF, a los correos: - luisjavier.urrego@virtual.edu.co (4°1, 4°2, 5°1 y 5°2) - ada.ospina@virtual.edu.co (4°3, 4°4 y 5°3) - Esta guía será subida en classroom donde debes responder todo lo referente a esta guía.	
RUBRICAS DE EVALUACIÓN El valor de la nota será de acuerdo a: -Evidencia o entrega trabajos. -Puntualidad en la entrega de trabajos y asistencia a los encuentros. -Coloreado de los dibujos. -Presentación de los trabajos. -Se tendrá en cuenta que las respuestas de las actividades estén correctas.	

EDUCACIÓN FÍSICA: Fuerza y Velocidad

La **fuerza**, entendida como una cualidad funcional del ser humano, es la capacidad que nos permite oponernos a una resistencia o ejercer una presión por medio de una tensión muscular. Ejemplos: levantar un peso, arrastrar un objeto o empujar algo.

¿Has hecho esto alguna vez? ¿Sientes que tienes fuerza?

EJERCICIOS GIMNÁSTICOS DE FUERZA. CARRERAS DE VELOCIDAD

Velocidad: Magnitud **física** que expresa la rapidez con que se desplaza un objeto, móvil con relación a un sistema de referencia, por medio de la relación entre el espacio recorrido y el tiempo empleado.

¿Te consideras veloz? ¿Has participado en carreras de velocidad?

ACTIVIDAD

1. Escribe en tu cuaderno los conceptos de fuerza y velocidad con sus respectivos dibujos.
2. Busca en YouTube el video:
   https://www.youtube.com/watch?v=5Dd3MpyUvOA (Usain Bolt)
   https://www.youtube.com/watch?v=7G2dHO5svpc (Niños veloces)
3. Luego de observar los dos videos responde:
   A. ¿Quién es Usain Bolt? Escribe su biografía corta.
   B. Escribe cuatro nombres de los niños que mas te llamó la atención lo que hacen con mucha velocidad, nombre y que hizo.
   C. De todo lo que observaste el el video de los niños genios de la velocidad, ¿Cuál te gustaría practicar? ¿Por qué?
4. En classroom responde las preguntas y sube las fotos de tus respuestas.