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 TRES

Periodo	**2**	**Semanas 5-6**	**Fecha**	**MES**	**ABRIL**	**DÍA**	**3-14**	**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 tres de los dibujos en el cuaderno. Enviar fotos, pequeños videos o presentar en clase el juego de baloncesto casero.							

COMPETENCIAS: Ejecuta movimientos con variación de ejercicios, distancia y elementos.

BASE CONCEPTUAL: Coordinación óculo púdica.

Deportes de lanzamiento y recepción (Lee con atención)

Cuando practicamos deportes fortalecemos diferentes habilidades. En los deportes de lanzamiento fortalecemos habilidades para lanzar, arrojar, soltar y empujar ya sea usando una o ambas manos o algún elemento. En los deportes de recepción fortalecemos habilidades para agarrar, atrapar o recibir un objeto. Todos ellos no ayudan entre otras cosas, a mejorar nuestra motricidad gruesa, es decir, nuestra capacidad para mover los músculos del cuerpo de forma coordinada y mantener el equilibrio.

Actividad 1: De los siguientes deportes escoge tres y dibújalos.

Deportes de lanzamiento y recepción: Voleibol, baloncesto, fútbol americano, tenis de mesa, fútbol, boxeo. No olvides practicar algún deporte en la semana para divertirte y estar saludable.

Actividad 2: Con material reciclable o utilizando cualquier implemento que tengas en casa, construye una canasta de baloncesto, para jugar puedes utilizar la pelotita que hicimos para el juego de tenis. Diviértete en familia jugando baloncesto.