|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **EDUCACIÓN FÍSICA** GRADO 3 - PERÍODO 1Cibercolegio UCN |
|  |
| COMPETENCIA MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL |  |  |
|  |  | La educación física centra su función en la educación del movimiento humano y para cumplirla realiza procesos continuos y progresivos que involucra al estudiante como ser entero y lo prepara a una existencia más plena.Lewis y Cherrington (1986), emplea el movimiento y el juego para aprender, en consecuencia su capacidad de desarrollo conceptual puede estar influenciada, positiva o negativamente, por la calidad de sus experiencias de movimiento durante los primeros ocho años de vida, su actitud hacia los objetos que lo rodea, su capacidad para explicar el movimiento de estos, su confianza en poder manejarlos, su capacidad para seguir los impulsos naturales de exploración, la imagen de su cuerpo, y el concepto de sí mismo, ello puede estar relacionado con las oportunidades de movimiento que se le ofrece en casa y en la escuela sus primero ocho años de vida (Lewis y Cherrington, pág. 61). |
| LOGROS |  |  |
|  |  | * Mejorar la socialización a través de la participación en numerosas y varias experiencias.
* Mejora la comprensión de las relaciones entre cuerpo, espacio, y movimiento corporal.
* Realiza distintas tareas que dan el carácter creativo y divertido a las actividades motrices y desarrollo de técnicas de movimiento para ser eficiente en cada situación.

**CRITERIO INSTITUCIONAL**La interacción sincrónica y la elaboración de actividades programadas para el periodo, en efectos de valoración, se encuentran distribuido de la siguiente manera:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **»»** | ACTIVIDAD | % |
| **»»** | ACTIVIDAD 1 | 15% |
| **»»** | ACTIVIDAD 2 | 20% |
| **»»** | ACTIVIDAD 3 | 15% |
| **»»** | SINCRÓNICA | 30% |
| **»»** | EVALUACIÓN | 20% |

**CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **»»** | ACTIVIDAD | SEMANAS DE DESEMPEÑO |
| **»»** | ACTIVIDAD 1 | 1, 2, 3 |
| **»»** | ACTIVIDAD 2 | 4, 5, 6 |
| **»»** | ACTIVIDAD 3 | 7, 8 |
| **»»** | SINCRÓNICA Y EVALUACIÓN | 9, 10 |

Se sugiere estricto cumplimento en las actividades programadas. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| CRITERIO DEL FACILITADOR |  |  |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ***«La autodisciplina te permite crecer como persona y sentirte mejor al final del día.»*** *Marco Lara* |

Durante este periodo debes tener presente realizar un excelente proceso, ese será el gran camino que te conducirá a tener éxito en tu proceso formativo y al igual que desempeño académico.

|  |  |
| --- | --- |
| **1** | Consultar los temas propuestos para realizar las actividades.  |
| **2** | Anexar las fuentes de consulta, recuerda que de no hacerlo, cometerás plagio y estarás violado lo estipulado en el Manual de Convivencia. |
| **3** | Informar inquietudes con las actividades y comunicarlas a la facilitadora por Skype. |
| **4** | Ser muy oportuno en el envío de sus actividades y encuentros sincrónicos. En caso de no poder asistir al encuentro sincrónico, por favor comunícalo con anterioridad. |
| **5** | Envía tu trabajo por el espacio indicado en la plataforma (herramienta actividades). |
| **6** | Comunicar de manera oportuna a la facilitadora si tu estado es deportista de alto rendimiento.  |
| **7** | Las actividades deben ser de manera manual, con excelente ortografía, creatividad, coherencia, autonomía del trabajo ya que hace parte de la nota final. |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **EDUCACIÓN FÍSICA**GRADO 3 - PERÍODO 1-----------------------------------------------------------**Nombre:** (del estudiante) |
|  |
| ACTIVIDAD 1 |  |  |
|  | **En esta actividad te invito a consultar los siguientes temas:*** **Busco una persona que conozca del tema y consulto.**
* **¿Qué son movimientos simétricos? ¿Qué movimientos simétricos son adecuados para mi desarrollo corporal?**
* **¿Qué son movimientos asimétricos?**
* **¿Qué movimientos asimétricos son adecuados para mi desarrollo corporal?**
* **¿Qué significa el equilibrio en el ámbito deportivo?**
* **¿Qué significa desplazamientos en el ámbito deportivo?**
* **De acuerdo con lo definido, dibuja dichos movimientos asimétricos.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Envía a tu facilitador el trabajo realizado a través de la herramienta **Actividades** > **Periodo 1** > **Actividad 1.** |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **EDUCACIÓN FÍSICA**GRADO 3 - PERÍODO 1-----------------------------------------------------------**Nombre:** (del estudiante) |
|  |
| ACTIVIDAD 2 |  |  |
|  | **En esta actividad te invito a realizar un carrusel creativo con las cinco actividades básicas:*** **Desplazamientos**: saltar, brincar, resbalarse.
* **Equilibrio:** ejercicios, saltar en un solo pie, ejercicios con los talones, puede hacer una pista de obstáculos, caminar, empinados, entre otros.
* **Saltos:** puedes hacer actividades como saltar lazos tomando cierta distancia midiendo su capacidad de altitud.
* **Gestos:** realiza uno o más juegos de movimientos estático, puedes ser congelado o a través de ritmos musicales.
* **Giros:** rodar y dar volteretas.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Envía a tu facilitador el trabajo realizado a través de la herramienta **Actividades** > **Periodo 1** > **Actividad 2.** |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **EDUCACIÓN FÍSICA**GRADO 3 - PERÍODO 1-----------------------------------------------------------**Nombre:** (del estudiante) |
|  |
| ACTIVIDAD 3 |  |  |
|  | **En esta actividad te invito a desarrollar los siguientes actividades:*** **¿Cuáles fueron los mayores obstáculos para realizar las actividades?**
* **¿Cuál fue tu experiencia más significativa en las actividades del carrusel?**
* **¿Cómo te preparaste para realizar cada una de las actividades?**
* **¿Quiénes te acompañaron en la realización de las actividades?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Envía a tu facilitador el trabajo realizado a través de la herramienta **Actividades** > **Periodo 1** > **Actividad 3.** |

 |

## Amiguito, ¡felicitaciones por el desarrollo de tus actividades!



|  |  |
| --- | --- |
|  | FUENTES DE INVESTIGACIÓN |

|  |
| --- |
| * **Cárdenas, J. &. Guevara, L. (2001). Fundamentos de la educación física preescolar y básica. Bucaramanga: Sic**
 |