

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [1 - 1]
	GUÍAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
		VERSIÓN 1 Fecha de aprobación:

DOCENTE: CARLOS MARÍN **AREA/ASIGNATURA:** EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 6 FECHA DE INICIO Marzo 27 **FECHA DE FINALIZACIÓN:** Abril 12

Recursos utilizados Video carrera de relevos

<https://www.youtube.com/watch?v=VMQY0hPW-dM>

Video Atletismo – Salida de tacos y pase de relevos

<https://www.youtube.com/watch?v=XK4bQCuKNcE>

COMPETENCIAS:

Cognitivas

- Identifica los diferentes gestos deportivos de la carrera de relevos
- Comprende los aspectos básicos de la carrera de relevos

Procedimentales

- ❖ Elabora un plan de entrenamiento para la práctica deportiva en casa

Actitudinales

- ❖ Valora la importancia de la práctica deportiva para el cuidado de la salud

APRENDIZAJES:

- ❖ Técnica de la carrera de relevos
- ❖ Plan básico de entrenamiento en casa

CONTENIDOS:

- ❖ Qué es la carrera de relevos?
- ❖ Historia de la carrera de relevos
- ❖ Características generales de la carrera de relevos?
- ❖ Salida de tacos y pase de relevos
- ❖ Qué es el testigo en una carrera de relevos?

ACTIVIDADES:

Nota: El trabajo se puede realizar en parejas siempre y cuando se demuestre que los estudiantes han tenido interacción virtual. Esto se debe evidenciar. En ningún los estudiantes pueden salir de sus casas por la pandemia del coronavirus.

1. Con base en el texto de Euston: Carrera de relevos responda a las siguientes preguntas:

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [2 - 1]
		CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
	GUÍAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	VERSIÓN 1
		Fecha de aprobación:

a. Qué es la carrera de relevos?

b. Cómo se iniciaron los griegos en la carrera de relevos?

c. Con base en el video carrera de relevos con dirección web

<https://www.youtube.com/watch?v=VMQY0hPW-dM> señale las características generales de la carrera de relevos

d. Con el Video Atletismo – Salida de tacos y pase de relevos

<https://www.youtube.com/watch?v=XK4bQCuKNcE> destaque cuál es la técnica de la salida de tacos y carrera de relevos.

e. En una página, con el título de carrera de relevos por el centro, dibuje o pegue varias imágenes alusivas a las carreras de relevos.

f. Investigue cuáles son los tipos de carreras de relevos y cuáles son sus fundamentos principales.

g. Con tus propias palabras opina cuáles crees que sean los beneficios de la práctica de carrera de relevos y los riesgos que también puede implicar. El tamaño del texto debe ser de por lo menos ocho renglones

h. Elaboración de plan personal para la práctica de los gestos básicos de la carrera de relevos en por lo menos cinco veces en la semana. Tenga en cuenta que debe investigar sobre el calentamiento previo que debe utilizar. Tome apuntes de los resultados que obtenga en el curso de su entrenamiento.

EVALUACIÓN

- ❖ Respuestas pertinentes al análisis de los videos
- ❖ Respuestas pertinentes a las preguntas realizadas de acuerdo con el texto
- ❖ Elaboración de los dibujos o utilización de imágenes significativas alusivas a las carreras de relevos
- ❖ Elaboración de texto interpretativo que evidencie los conocimientos obtenidos
- ❖ Evidencia con los apuntes de la práctica deportiva realizada