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

DOCENTE: BERNARDO TORO OSORIO AREA/ASIGNATURA: \_EDUCACION FISICA

GRADO: \_6° FECHA DE INICIO \_8 /MARZO FECHA DE FINALIZA 23/ABRIL.

#### COMPETENCIAS

IDENTIFICO PRUEBAS QUE ME INDIQUEN EL ESTADO DE MIS CAPACIDADES FISICAS

RECONOZCO LOS JUEGOS TRADICIONALES DE MAYOR ARRAIGO EN MI ENTORNO.

PRACTICO EL SALTO DE LA CUERDA .

RECOPILO INFORMACION ACERCA DE PRACTICA FISICA Y ESTADO DE ANIMO.

#### APRENDIZAJES

IDENTIFICA PRUEBAS PARA VALORAR LAS CUALIDADES FISICAS

RECONOCE LOS JUEGOS TRADICIONALES QUE PUEDE PRACTICAR EN SU ENTORNO

PRACTICA EL SALTO DE LA CUERDA CON FIGURAS.

RECOPILA INFORMACION ACERCA DE LA ACTIVIDAD FISICA REALIZADA Y

#### CONTENIDOS:

##### FICHA FISICA

- 1 SALTO DE LA CUERDA
- 2 ABDOMINALES
- 3 FLEXIONES DE BRAZOS
- 4 DORSO LUMBARES

##### JUEGOS TRADICIONALES


TROMPO  
 BALERO  
 RAYUELA  
 YO-YO  
 YAZZ O MATATENA  
 LAZO  
 CANICAS  
 STOP O DETENTE

SALTO DE LA CUERDA  
 FIGURAS

DIARIO DE CAMPO  
 ACTIVIDAD FISICA  
 ESTADO EMOCIONAL

#### ACTIVIDADES:

LUEGO DE APICAR UN BUEN CALENTAMIENTO GENERAL,PRACTICA LOS SIGUIENTES EJERCICIOS QUE FUERON APLICADOS EN EL TRABAJO EN CIRCUITO ..SALTO DE LA CUERDA,ABDOMINALES ,DORSOLUMBARES Y SENTADILLAS.APLICA PARA CADA EJERCICIO UN MINUTO DE PRACTICA,Y CONSIGNA LOS RESULTADOS,AL MENOS UNA VEZ POR SEMANA,DURANTE TRES SEMANAS.

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

CONSIGNA EN EL DIARIO DE CAMPO, TU EXPERIENCIA CON LOS JUEGOS TRADICIONALES QUE PUEDES PRACTICAR

PRACTICA EL SALTO DE LA CUERDA, TOMANDO COMO REFERENCIAS EL VIDEO ENVIADO Y TU EXPERIENCIA CON ESTE IMPLEMENTO

i  
DESCRIBE LA ACTIVIDAD FISICA REALIZADA Y TU ESTADO DE ANIMO DURANTE CINCO DIAS COMO MINIMO EN EL DIARIO DE CAMPO

.EVALUACION

PRESENTA LOS RESULTADOS DE LA FICHA FISICA OBTENIDOS DURANTE CINCO DIAS COMO MINIMO.

DESCRIBE TUS EXPERIENCIAS CON LOS JUEGOS TRADICIONALES QUE PUEDES PRACTICAR.

ENVIA UN VIDEO EN EL CUAL DEMUESTRES QUE REALIZAS CINCO FIGURAS DIFERENTES SALTANDO LA CUERDA.

PRESENTA EN EL DIARIO DE CAMPO, UNA SINTESIS DE LA ACTIVIDAD FISICA Y EL ESTADO DE ANIMO DURANTE CINCO DIAS COMO MINIMO.