



## GUÍA No. 5

**DOCENTE:** JAVIER ARTURO JAIMES ARAQUE

**ASIGNATURA:** Educación Física

**GRADO:** 11°

**TIEMPO:** Semana del 20 al 24 de Septiembre

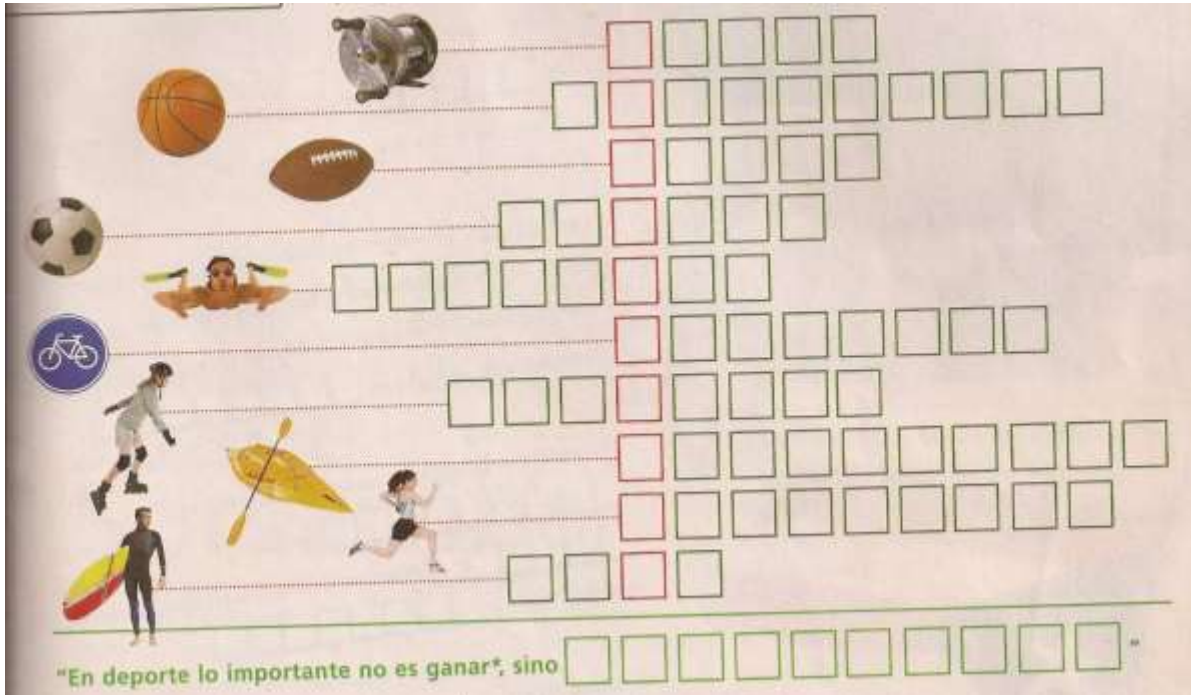
**META DE APRENDIZAJE:** Realizar juegos didácticos con material reciclado para utilizarlos en familia.

### MOMENTOS PARA EL DESARROLLO DE LA GUIA

#### A. VIVENCIA

Realizar el siguiente crucigrama.

Escribe los deportes en los que se utilizan los siguientes objetos y adivina la palabra clave de cada frase:  
**fútbol, atletismo, rugby, baloncesto, patinaje, natación, piragüismo, pesca, surf, ciclismo.**



#### B. FUNDAMENTACION CIENTIFICA

##### JUEGOS DE CONCENTRACIÓN

La **concentración** es una habilidad que se desarrolla a lo largo de la vida. Se trata de la capacidad de centrar toda tu atención en un objeto o acción concreta de manera voluntaria. Que tiene los siguientes beneficios

- Entrenan la memoria visual.
- Potencian las habilidades cognitivas.
- Ejercitan el cerebro de una forma saludable.
- Mejora la concentración.



- Aumenta la memoria a corto plazo.
- Previene enfermedades relacionadas con la memoria a largo plazo.
- Jugar a juegos contra reloj nos acostumbra a pensar rápido.
- Potencian el desarrollo del lenguaje.

### **C. ACTIVIDAD DE EJERCITACIÓN**

Buscar en internet juegos didácticos para Educación Física, realizados con material de reciclaje y elaborar un juego siguiendo las instrucciones que se le piden

### **D. ACTIVIDAD DE APLICACIÓN/COMPLEMENTACION:**

Realiza un video donde se aprecie la elaboración del juego y donde se aprecie practicando el juego realizado con la familia. Dicho video enviarlo al teléfono: **315 831 5464**

*El deporte es salud. Haga una actividad física todos los días... integra a toda su familia en estas actividades.*

**Nota:** Si tiene alguna duda comunicarse con su profesor.