GUÍA No. 5
DOCENTE: NORAIMA FLOREZ (Cel.3125010146) - NANCY ENEIDA MENDEZ (Cel.3204368527)
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA
GRADO: 3°A-B
TIEMPO: Semana del 06 al 10 de Septiembre

META DE APRENDIZAJE: Desarrolla habilidades mediante movimientos corporales a nivel global y segmentación.

MOMENTOS PARA EL DESARROLLO DE LA GUIA

A. VIVENCIA: *(Transcribe este punto a tu cuaderno y responde las dos preguntas)*

En esta guía queremos que el alumno crea hábitos de prácticas saludables, así como a sentirse bien con el propio cuerpo, desarrolle movimientos corporales y construya una valiosa ayuda en la mejora de la autoestima. El deporte es salud,

¿Para qué nos sirve el deporte? _____
¿Con el desarrollo de movimientos corporales que se mejora? _____

B. FUNDAMENTACION CIENTIFICA: *(Has un resumen o síntesis de este punto y consígnalo en tu cuaderno).*

LOS MOVIMIENTOS SEGMENTARIO
Corresponde aquellos movimientos de la locomoción humana en las cuales se incorpora solo un tipo de articulación, buen sea el brazo antebrazo, mano , pie, pierna, entre otras.

MOVIMIENTO CORPORAL
En palabras sencillas, el movimiento corporal no es más que el desplazamiento de nuestra humanidad por un determinado lugar. Es decir, es la suma total del movimiento de nuestras articulaciones y músculos para lograr una posición concreta o dirigirnos hacia un lugar.

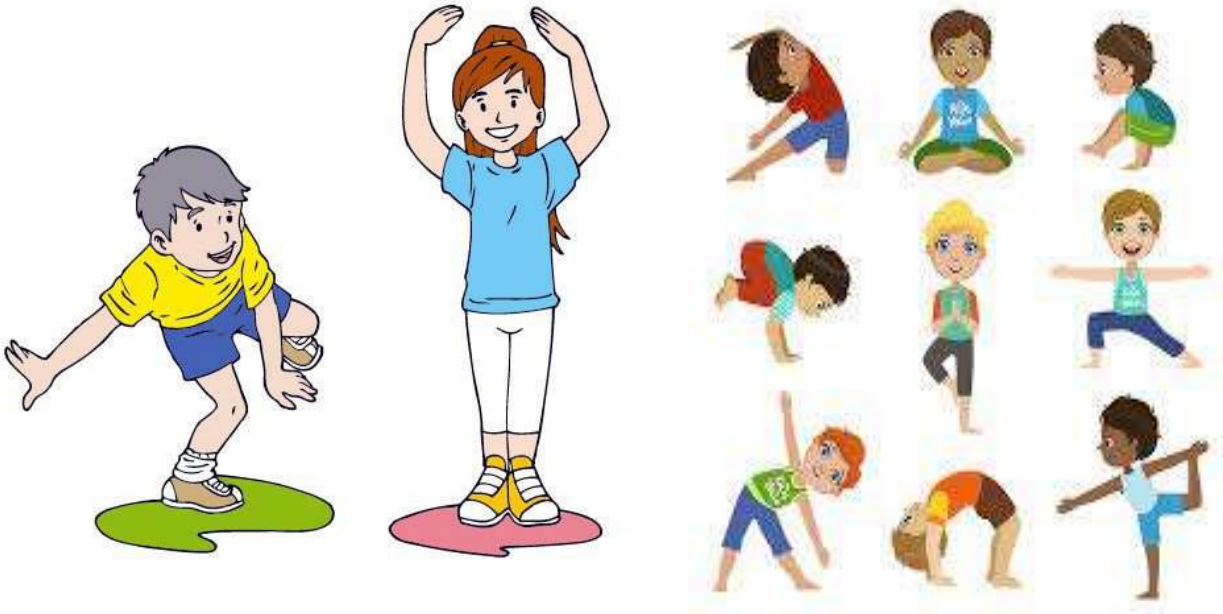
La expresión corporal o lenguaje corporal es una de las formas básicas para la comunicación no verbal. A veces los gestos o movimientos de las manos o los brazos pueden ser una guía de sus pensamientos o emociones subconscientes

TIPOS DE MOVIMIENTOS CORPORALES

- Abducción
- Rotación
- Circunducción
- Flexión
- Extensión

C. ACTIVIDAD DE EJERCITACIÓN *(Consigna en tu cuaderno esta actividad)*

Dibuja movimientos corporales.



D. ACTIVIDAD DE APLICACIÓN/COMPLEMENTACION:

Realiza un video sobre movimientos corporaales y envialo al whatsapp para obtener su calificacion.