



GUÍA No. 5

DOCENTE: ROCIO SEPULVEDA

CELULAR: 321 9863378 WHATSAAP 312 5022206

GRADO: 2°

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA

TEMA: LA COORDINACIÓN

TIEMPO: SEMANA DEL 6 AL 10 DE SEPTIEMBRE

META DE APRENDIZAJE: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal

MOMENTOS PARA EL DESARROLLO DE LA GUIA



VIVENCIA: Con la ayuda de tus papitos, pregúntale qué es para ellos una coordinación en los ejercicios físicos.



FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA: Colorea, recorta y pega las siguientes imágenes y con la ayuda de tus papitos explique cada ejercicio de equilibrio que indica cada imagen.

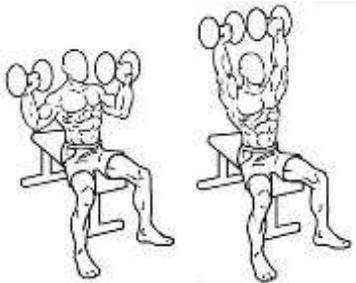


Imagen 1

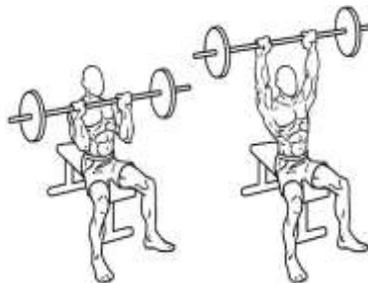


Imagen 2

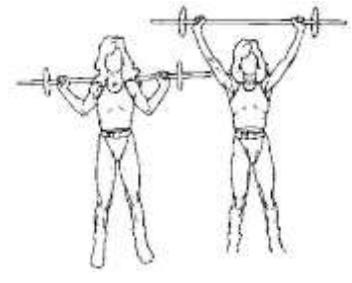


Imagen 3



ACTIVIDADES DE EJERCITACIÓN Y COMPLEMENTACIÓN

Copia en tu cuaderno:

COORDINACIÓN



Para recuperar la coordinación tras un ICTUS, sube y baja un escalon, sentado o de pie, acompañandote con los Brazos. Mejorar tu capacidad cardiorrespiratoria y los perfiles lipídicos, optimizando el sistema musculoesquelético y reduciendo el riesgo de Osteoporosis.

TAREA: Dibuja o recorta 5 clases de ejercicios de Coordinación

Referencias Bibliográficas:

Plan de área alternativo de ed. física

[/search?q=que+es+la+coordinacion+coordinacion+ejercicios&tbm=isch&ved](#)

Cuando desarrolle esta Guía, tomarle fotos en forma ordenada y enviarla a mi WasatsApp, si deseas que te califique los cuadernos, pueden traerme los a mi Casa de habitación cra. 24 No 18-52 (frente a la Alcaldía)