



GUÍA No. 4

DOCENTE: Omar Plazas

ASIGNATURA: Edu. Física

GRADO: 4°

TIEMPO: Semana del 2 al 6 de Agosto del 2021

- **META DE APRENDIZAJE:** Experimentar y crear juegos de pases y lanzamientos a un blanco o cesto.
- **COMPETENCIA:** Es capaz de asumir liderazgo en situaciones de juego.

MOMENTOS PARA EL DESARROLLO DE LA GUIA

A. VIVENCIA:

1. Responde:

- ¿Alguna vez has desarrollado un juego donde tengas que hacer lanzamientos?
- Escribe el nombre de ese juego



B. FUNDAMENTACION CIENTIFICA:

2. Copia en tu cuaderno. (si no tienes cuaderno de educación física puedes desarrollar esta guía en cualquier otro cuaderno)

LANZAMIENTOS Y RECEPCION

El lanzamiento se puede definir como una habilidad motriz que permite al sujeto desprenderse de un móvil (elemento que se lanza) con la ayuda de los miembros superiores para posteriormente recorrer una trayectoria.

Por otro lado, la recepción es la habilidad por la cual el individuo intercepta un móvil en desplazamiento mediante los miembros posteriores.

Por lo tanto, se debe trabajar la coordinación óculo-manual para la consecución de un gesto eficaz.



JUEGOS DE LANZAMIENTO

Existen muchos juegos de lanzamiento. En las siguientes imágenes podrás ver algunos de ellos.



C. ACTIVIDAD DE EJERCITACION:

3. Escribe el nombre de algunos juegos de lanzamiento, entre ellos los nombres de los que aparecen en las imágenes.

D. ACTIVIDAD DE COMPLEMENTACIÓN:

4. En compañía de tu familia practica uno de los juegos de lanzamiento y envía evidencia (foto o un video)

REFERENCIAS:

- <https://www.efdeportes.com/efd143/lanzamientos-y-recepciones.htm>
- Cuando desarrolles esta guía, debes escanearla o tomarle una foto y enviarla al WhatsApp 3106572019 o al correo electrónico omarplazas66@gmail.com; recuerda que la guía la puedes resolver en computador, en el celular, en el cuaderno o imprimirla y resolverla. Si necesitas asesoría, puedes comunicarte con el docente por los medios antes mencionados