



YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA



UNIDAD DIDÁCTICA

PERIODO CUATRO

Grado primero

EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES



Docente: María Isabel Martínez

ALUMNO: _____

GRUPO: _____



YERMO Y PARRES
INSTITUCION EDUCATIVA



CONTENIDOS

- Independencia funcional de segmento
- Percepción temporal y espacial
- Control corporal y equilibrio
- Coordinación en trayectorias, distancias, altura y profundidad.

OBJETIVO

El módulo está diseñado para realizar actividades básicas del área de Educación física grado primero, que permitan desarrollar procesos mentales y alcanzar los logros esperados al finalizar el periodo obteniendo un aprendizaje significativo.



YERMO Y PARRÉS

INSTITUCION EDUCATIVA



UNIDAD TEMÁTICA # 1

Independencia funcional de segmentos

SEMANA 1

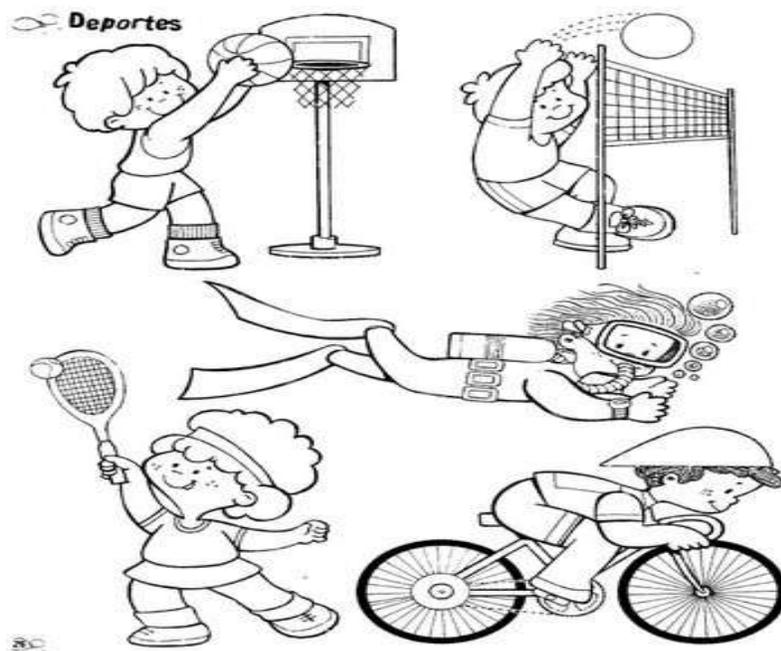
ACTIVIDAD

Video: Cabeza, hombro, rodilla, pies.

Ejercitación

<https://www.youtube.com/watch?v=71hiB8Z-03k>

En cada uno de los deportes que observamos en el dibujo se ejercita en mayor medida una de las partes del cuerpo, por ejemplo. Los brazos, las manos, en otro las piernas, en otro los brazos y piernas en forma alternada. Aunque en todos el movimiento del cuerpo es muy importante



Escribe el nombre de los deporte de la imagen y que parte del cuerpo se está ejercitando



YERMO Y PARRÉS

INSTITUCION EDUCATIVA



UNIDAD TEMÁTICA # 2

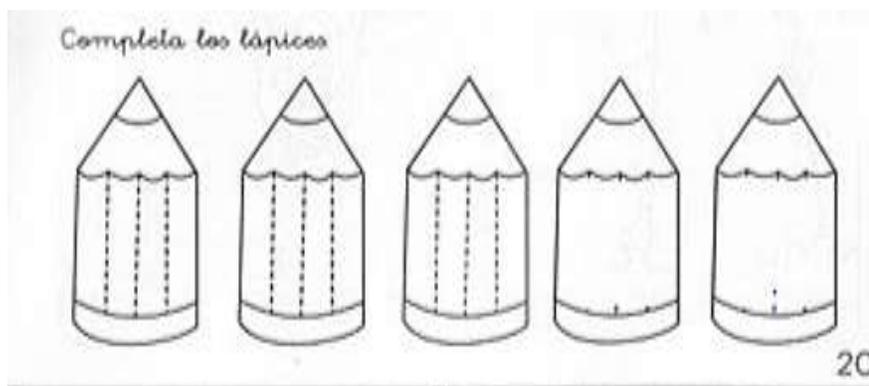
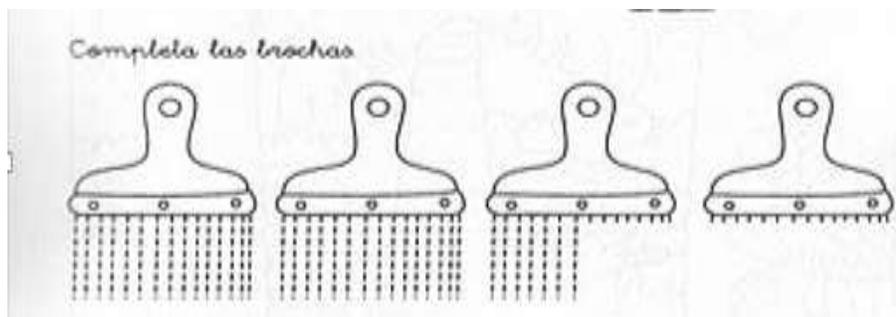
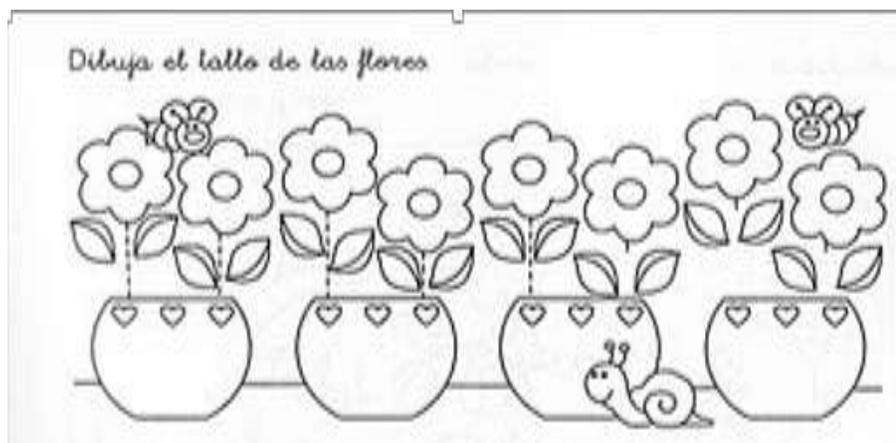
Percepción temporal y espacial

SEMANA 2

La actividad física no es solamente la que hacemos en el deporte, también cuando realizamos actividades de dibujo, música, baile.

ACTIVIDAD

Completa los siguientes dibujos





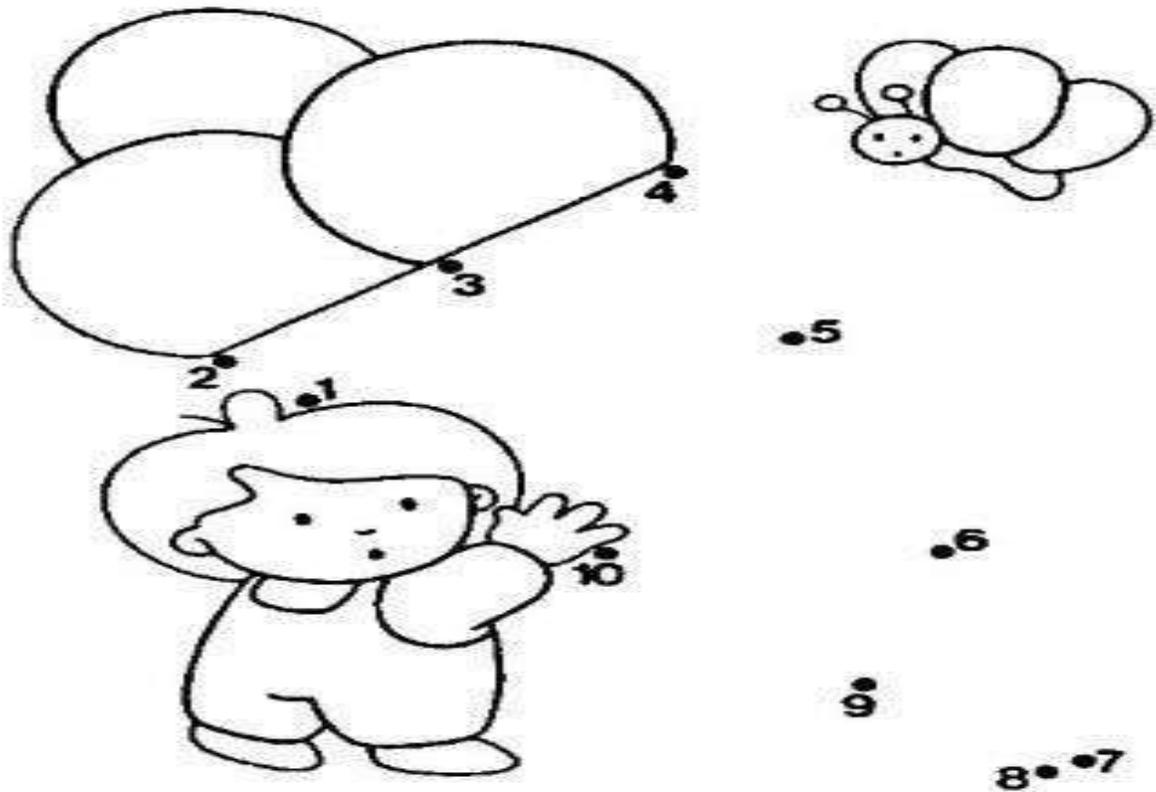
YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA



SEMANA 3

Ahora realizaremos una actividad donde la coordinacion de los ojos y la mano es muy importante para la concentracion; completa el dibujo, uniendos los puntos del 1 al 10, con la mano no dominante





YERMO Y PARRÉS

INSTITUCION EDUCATIVA



UNIDAD TEMÁTICA # 3

Control corporal y equilibrio

SEMANA 4

La **postura** puede definirse como la colocación de los distintos segmentos **corporales** en un determinado momento, tales como: la cabeza, tronco, brazo, antebrazo, manos y dedos, la cadera y las piernas.

Realización de actividades de control corporal y equilibrio.

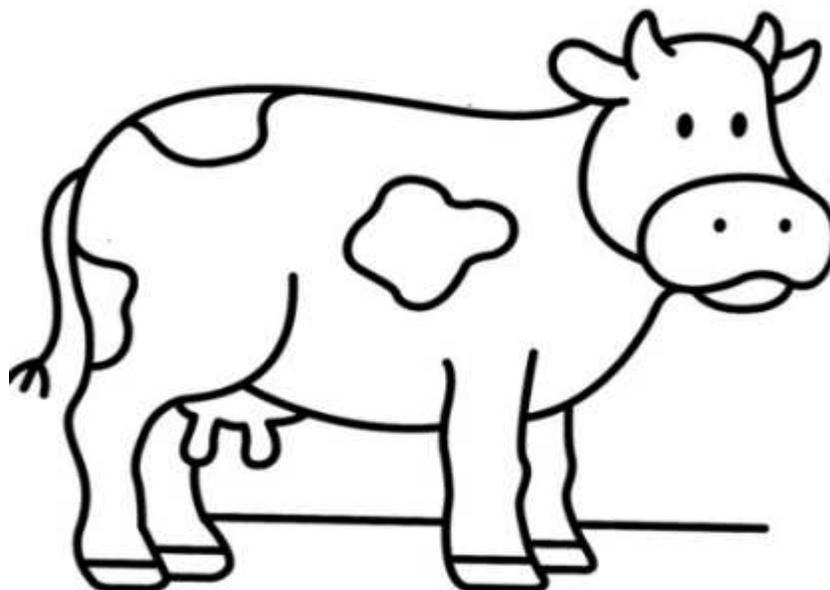
SEMANA 5

Coordinación en trayectorias, distancias, altura y profundidad

ACTIVIDAD

Cantemos “la vaca Lola” y describámosla

<https://www.youtube.com/watch?v=2iZOGRUikNI>





YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA



Consulta el significado de los siguientes términos:

Coordinación:

Trayectoria:

Distancia:

Altura:

Profundidad:

Colorea

