



I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19

ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

Área: Educación Física **Grado:** Séptimo **Periodo:** I

Docente(s): Jair Albeiro Herrera – Juan Carlos Herrera

Fecha de desarrollo: _Marzo de 2020

REFERENTES DE CALIDAD: **COMPETENCIA(S)**-ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS

Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de modalidades gimnásticas.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Entender la importancia de la actividad física y en especial de la Gimnasia en la formación personal como habito de vida saludable

CONOCIMIENTOS BÁSICOS:

Aspectos generales de la gimnasia
Gimnasia Rítmica
Gimnasia Deportiva
Gimnasia Artística

RECURSOS Y MATERIALES:

Materiales o insumos para el taller: videos, texto de lectura, imágenes, Consulta en la web.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

Elabora coherentemente conceptos y definiciones relacionadas con el tema.
Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia Deportiva, rítmica y artística

ACTIVIDADES

Actividad de inicio: (GUIA TEORICA-Conceptos) Explicación de la dinámica de trabajo y la temática a abordar (videos, texto de lectura, imágenes, presentaciones en Power Point, entre otros)

Realizar Un trabajo escrito. Fundamentado en la apropiación de temas teóricos relacionados con el área y que podrás abordar desde la virtualidad.



I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19

ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

Actividad central:(GUIA PRACTICA) Actividad práctica relacionada con el tema abordado, por ejemplo, lista de preguntas a resolver posterior a los videos, reflexión a partir de la lectura realizada, creación de un material (manualidad, dibujo, cartelera, elaboración de carta, entre otros.)

Taller No 1

ç

1. A que se refiere el concepto de gimnasia
2. Que es gimnasia deportiva.
3. Que es gimnasia rítmica y cuales sus diferentes modalidades
4. Que es gimnasia artística y cuales sus diferentes modalidades
5. ¿Por qué la gimnasia es considerada como una de las modalidades deportivas más completas?
6. ¿Qué es una revista gimnástica?
7. Realiza una revista bien creativa en donde ubiques la definición de cada uno de los siguientes elementos gimnásticos con su respectivo dibujo y proceso metodológico explicado paso a paso.
 - Posición inicial
 - Volteo sencillo adelante
 - Volteo sencillo atrás
 - Vertical de manos
 - Vertical de cabeza
 - Arcos
8. ¿Cuáles son los beneficios físicos, psicológicos, sociales y de la salud en una persona que práctica la gimnasia básica? Escribe como mínimo tres de cada uno de los aspectos mencionados.
9. reflexión a partir de la lectura y consulta realizada.
10. Conclusiones

PRODUCTO DEL TALLER (EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE)

Especificar que producto deben entregar los estudiantes

Trabajo escrito Con buena presentación Llamativo y creativo, además de incluir dibujos de las diferentes actividades gimnásticas



I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19

ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.