

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL PARA DESARROLLAR EN CASA		Versión 01	Página 1 de 3

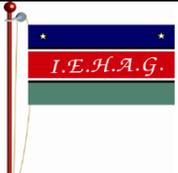
IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTES: Luisa Fernanda Ramírez Cañaverál Erika Indira Osorio Valencia Migdonia Villegas Echavarría		NÚCLEO DE FORMACIÓN: LÚDICO RECREATIVO	
CLEI: 2	GRUPOS: 01. 02. 03	PERIODO: 2	CLASES: SEMANA 19
NÚMERO DE SESIONES:	FECHA DE INICIO: JUNIO 20	FECHA DE FINALIZACIÓN: JUNIO 26	

OBJETIVOS

- Indagar sobre la funcionalidad de los órganos que participan en la ejecución de actividades de coordinación.
- Analizar la importancia de la Coordinación como medio de relación del sujeto con el espacio.

INTRODUCCIÓN

Teniendo en cuenta la emergencia actual del país por la situación de salud a raíz del virus COVID- 19 y de acuerdo con las medidas implementadas desde el Gobierno Nacional para hacer contingencia a esta problemática y evitar el contagio masivo, se opta por la desescolarización de los estudiantes y se hace necesario plantear estrategias educativas de manera virtual para atender la población estudiantil. Es por eso, que desde el núcleo **LÚDICO RECREATIVO** se proponen una serie de actividades para que los estudiantes desarrollen desde sus hogares e interactúen con el docente a través de la virtualidad, permitiendo así la continuación del proceso académico que se venía realizando hasta el momento.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL PARA DESARROLLAR EN CASA		Versión 01	Página 2 de 3

Los talleres con sus actividades desarrolladas deberán ser enviados a los siguientes correos:

CLEI 202 SABATINO luisaramirez@iehectorabadgomez.edu.co

CLEI 203 SABATINO erikaosorio@iehectorabadgomez.edu.co

CLEI 201 NOCTURNA migdoniavillegas@iehectorabadgomez.edu.co

Con fecha máxima de entrega 26 DE JUNIO, especificando el Clei, grupo y nombre completo del estudiante.

RECUERDA: ¡CUIDARNOS, ES UN COMPROMISO DE TODOS!

ACTIVIDAD 1 (CONCEPTUALIZACIÓN)

LA COORDINACIÓN

Tiene que ver con la capacidad del deportista o ejecutante para realizar movimientos que le permitan la correcta ejecución técnica de un determinado ejercicio o rutina.

Ampliando el concepto, la coordinación es la capacidad física que tiene el cuerpo humano para movilizarse o desplazarse sincrónicamente, a través de movimientos ordenados de los músculos y el esqueleto.

La coordinación implica la intencionalidad del ejecutante para realizar el movimiento, además de la sincronía y la sinergia. Esto quiere decir que el movimiento lo realiza la persona a voluntad, planificándolo previamente y con la participación activa de varios músculos que intervienen para llevarlo a cabo.

ACTIVIDAD 2: ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO Y APLICACIÓN DE LA TEMÁTICA.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL PARA DESARROLLAR EN CASA	Versión 01	Página 3 de 3	

La coordinación es un mecanismo cerebro-motor. Pero también interviene el cerebelo, que es el órgano que regula la información sensitiva y la coordina y organiza con los estímulos que emite el cerebro. Este trabajo conjunto deriva en la motricidad fina necesaria para una buena coordinación. Un movimiento es coordinado cuando se ajusta a los criterios de armonía, economía, precisión y eficacia.

ACTIVIDAD 3: ACTIVIDAD EVALUATIVA.

DE ACUERDO A LA INFORMACIÓN ANTERIOR SOBRE LA COORDINACIÓN RESPONDE.

1. ¿Qué entiendes por coordinación?
2. ¿Cuál motricidad es necesaria para que haya una buena coordinación?
3. ¿Cuáles partes del cuerpo son las encargadas de hacer movimientos ordenados?
4. ¿A cuáles criterios se ajusta la coordinación?
5. ¿Cuál órgano se encarga de regular y coordinar la información sensitiva?
6. ¿Conoces ejercicios de coordinación? Escribe el nombre de 3 de ellos y dibújalos.

FUENTES DE CONSULTA

La coordinación y el equilibrio en el área de Educación Física. Actividades para su desarrollo. Recuperado de efdeportes.com.