

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL		Versión 01	Página 1 de 4

IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTE: JAIME MAURICIO CASTAÑO		NÚCLEO DE FORMACIÓN: Lúdico Recreativo	
CLEI: 3	GRUPOS: 304-305-306-307-308	PERIODO: 2	CLASES: SEMANA 19
NÚMERO DE SESIONES: 1	FECHA DE INICIO: 7 de junio	FECHA DE FINALIZACIÓN: 13 junio	

PROPOSITO

- RECONOCER LOS PREDEPORTIVOS EN LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS ANTES DE INICIAR UNA CLASE EN EDUCACION FISICA.

INTRODUCCION.DEPORTE El deporte es una actividad reglamentada, normalmente de carácter competitivo y que puede mejorar la condición física de quien lo practica, y además tiene propiedades que lo diferencian del juego. La mayoría de las definiciones de deporte lo definen como «actividad física», pero existen actividades de bajo o nulo ejercicio físico que son consideradas como deportes por asociaciones como el COI, por ejemplo el ajedrez, el tiro deportivo y los Deportes electrónicos, por pensarse que la concentración y habilidades mentales necesarias para destacar en ellas requieren una buena forma física. Por el contrario, existen actividades físicas extenuantes que no son un deporte, por no cumplir con otros elementos de la definición.

EXPRESIONES ARTISTICAS: La expresión artística es la canalización de ideas y sensaciones intelectuales hacia el exterior y hacia los demás mediante una disciplina artística.

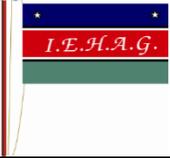
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL	Versión 01	Página 2 de 4	

ACTIVIDAD 1 (CONCEPTUALIZACIÓN)

PREDEPORTIVOS

Los juegos pre deportivos son aquellos que exigen destrezas y habilidades propias de los deportes (desplazamientos, **lanzamientos**, recepciones, etc.). Su práctica es recomendable como **preparación** para los niños que comienzan a practicar cualquier deporte, ya que les aporta una serie de recursos físicos y técnicos.



	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL		Versión 01	Página 3 de 4

ACTIVIDAD 2 (PRACTICA)

1. Realiza el dibujo de 5 pre deportivos de los que aparecen en las gais.
2. Realizar practica de varios pre deportivos.
 - **Balón mano**
 - **Baloncesto de parejas**
 - **Voleibomba**
 - **Carreras de relevos**



	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: GUÍA VIRTUAL		Versión 01	Página 4 de 4