

GUIA DE ESTUDIO DE EDUCACIÓN FÍSICA

TERCER GRADO

PROFESORA GUADALUPE IRIARTE

PROFESORA ESTHER VELAZQUEZ

TEMAS Y EJEMPLOS DE ACTIVIDADES A REALIZAR

- Buscar en diferentes fuentes ¿Qué son las habilidades y destrezas motrices? ¿Cuál es la clasificación de las habilidades motrices? ¿Cuál es la importancia de desarrollar y trabajar las habilidades motrices?
 - Realizar actividades que permitan solucionar tareas o retos físicos como: lanzar y derribar objetos a diferentes distancias (con el pie y la mano), controlar o dominar diferentes materiales con algunas partes del cuerpo como la mano, el pie, la cabeza, el hombro, etc., colocar diferentes objetos dentro de un bote a diferentes distancias.
 - *Correr a máxima velocidad en un espacio, después esquivar objetos y al termino lanzar una pelota y derribar varios materiales.
 - *Correr a máxima velocidad en zigzag, posteriormente brincar algunos materiales y al termino lanzar una pelota tratando de colocarla dentro de un bote.

- Investigar ¿Qué son los juegos modificados? ¿Cuál es la clasificación de juegos modificados? ¿Cuáles son las características de los juegos modificados? ¿Qué importancia tiene conocer los juegos modificados?
 - Construir y crear juegos que retomen experiencias y les ayuden a demostrar su potencial físico.
 - Realizar lo siguiente:
 - Jugar bádminton en casa, adaptando los espacios y materiales de acuerdo a sus posibilidades
 - Realizar el juego de quemados
 - Realizar el juego de futbeis
 - Derribar objetos a diferentes distancias
 - Llevar a cabo juegos de futbol

- Investigar ¿Qué son los torneos? ¿Cuáles son las características del torneo? ¿Qué importancia tiene conocer y saber realizar un torneo para su vida cotidiana?
 - Crear torneos en casa en donde realicen pruebas de fuerza, control del cuerpo y superar obstáculos.
 - De acuerdo a los juegos modificados realizados con anterioridad elegir uno y llevar a cabo un torneo en casa con los integrantes de la familia, adecuados de acuerdo a sus posibilidades en cuanto a espacio y materiales.

- Contestar las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo te sientes al realizar las actividades o juegos anteriores?
 - ¿Sientes que has mejorado tus habilidades y destrezas con las actividades realizadas? ¿Por qué?
 - ¿Crees que ha mejorado tu confianza para realizar las cosas o actividades físicas?
 - ¿Qué consideras que te hace falta para mejorar la confianza en ti?
 - ¿Consideras que ha mejorado la confianza en ti en actividades de tu vida cotidiana? ¿Por qué?

Las actividades teóricas deberán de realizarlas en su libreta.

Las actividades prácticas deberán de practicarse y grabar videos de aproximadamente 30 segundos en donde se observe al alumno realizar las actividades de manera correcta.