

DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARIA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

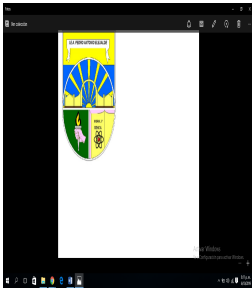
PREPARADOR Y GUÍA DE CLASE

Docente:	Marisol Caro Zapata. Yudy Arlency Cardona. Beatriz Pineda.		
Grado:	Tercero.	Asignatura: Educación física.	
Fechas:	JULIO	Espacios a utilizar:	Aula de clases. Zonas verdes. Canchas.
Estándares	Aplicar habilidades perceptivo-motoras relacionadas con el conocimiento y dominio corporal al realizar actividades físico-recreativas.		
RÚBRICA DE EVALUACIÓN			
NIVEL A	NIVEL B	NIVEL C	OBSERVACIONES
Tengo dificultades para identificar las partes de mi cuerpo y moverme de manera coordinada, manteniendo una buena postura y equilibrio.	Conozco las partes de mi cuerpo y puedo moverme de manera coordinada en la mayoría de las actividades, pero a veces me cuesta mantener una buena postura y equilibrio.	Conozco bien las partes de mi cuerpo y puedo moverme de manera coordinada, manteniendo una buena postura y equilibrio en diferentes actividades.	
Tengo dificultades para trabajar en equipo y comunicarme con mis compañeros, lo que afecta la colaboración y el logro de objetivos comunes.	Trabajo en equipo y me comunico con mis compañeros, pero a veces necesito mejorar mi colaboración para lograr objetivos comunes.	Trabajo bien en equipo, comunicándome efectivamente con mis compañeros y colaborando para lograr objetivos comunes en actividades grupales.	
DOCUMENTO DE APOYO PARA EL DESARROLLO DE LA GUIA			

SEMANA 21 y 22: 06 AL 17 DE JULIO

SABERES PREVIOS:

- Con mis compañeros de grado, hablamos sobre los posibles movimientos que podemos realizar con todas las partes del cuerpo.
- Ahora, que ya pensamos en estos movimientos, vamos a practicar algunos de ellos.
- Cada uno de nuestros compañeros realizará un movimiento diferente con alguna parte del cuerpo y los demás también deberán hacerlos.



CONCEPTUALIZACION:

¿Qué son los movimientos perceptivo-motrices?

Las capacidades perceptivo-motrices son aquellas que precisan de un ajuste psico-sensorial complejo para su ejecución; y dependen de las habilidades neuromusculares. Un caso sería por ejemplo, una recepción en movimiento, saltar y quedarse sobre un pie, conseguir atravesar un banco de equilibrio, la percepción del tiempo y el espacio la coordinación y el equilibrio tienen que ver con las capacidades perceptivo- motrices.

Esquema corporal.

Es la representación simplificada que el ser humano tiene de su cuerpo.

Un buen desarrollo del esquema corporal se fundamenta en conocer la forma externa del cuerpo, como funcionan y como se pueden movilizar cada una de las partes del cuerpo y conciencia de lo que significa su cuerpo, entendiéndose como un todo de mente y cuerpo.

ACTIVIDAD PRACTICA:

Cantamos la siguiente ronda e imitamos a los animales que allí se mencionan:

♪ Los pajaritos que van por el aire, vuelan, vuelan, vuelan, vuelan. ♪

♪ Unos y otros son seres de Dios, todos son seres de la creación. ♪

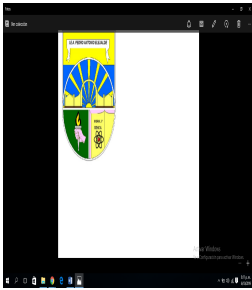
♪ Los pececitos que van por el agua nadan...

Los caballitos que van por el bosque, trotan... ♪

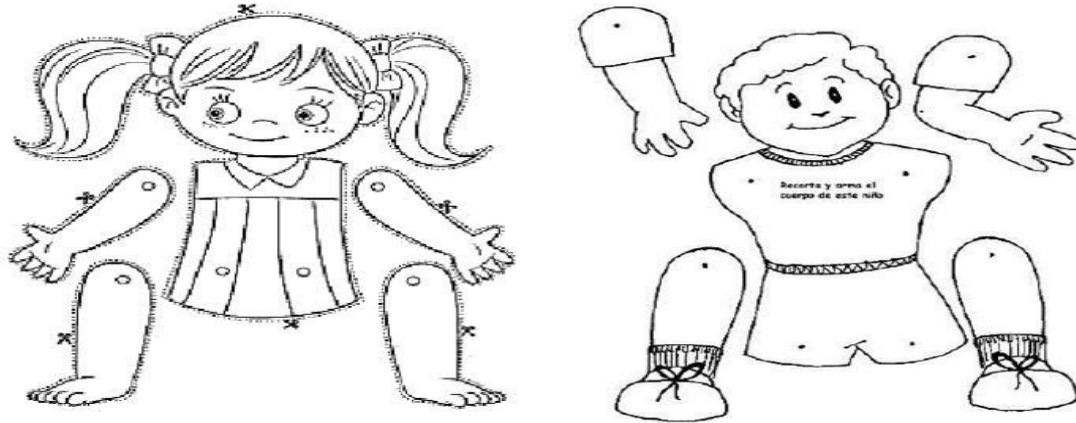
♪ Los conejitos Que van por el campo Saltan... ♪

Observamos que con nuestro cuerpo podemos hacer incontables movimientos con diferentes partes de él.

- Arma el cuerpo humano, colorea y pega en el cuaderno:



DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"



- Salimos del salón de clases y damos 8 vueltas, trotando alrededor de la escuela.
- Analizamos y comentamos con los compañeros, qué movimientos se ejecutaron en este ejercicio.

Tenemos en cuenta que antes de hacer la clase de educación física, debemos realizar movimientos y estiramientos para calentar nuestras partes del cuerpo.

Pedimos acompañamiento a el profesor o profesora para que nos dirija y realizamos los estiramientos así:

Nota: *cada uno de los estiramientos, deben tener una duración de 10 a 15 segundos y hacerse con la mayor fuerza posible, de forma que el cuerpo se estire verdaderamente, esto es muy importante porque de esta forma evitaremos lesiones, calambres, entre otros.*

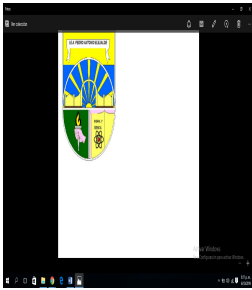
Estiramientos de las extremidades superiores:



1-Levantamos los brazos lo más alto posible, con las manos unidas.

2- levantamos el brazo derecho, lo llevamos hacia la espalda, y luego con la mano izquierda hacemos presión al brazo, estirándolo detrás de la cabeza.

3- hacemos este mismo estiramiento, con el brazo izquierdo.



DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARIA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

4-extendemos el brazo derecho al frente, y con la mano izquierda la tomamos, presionando el brazo sin doblar el codo, hacia el pecho.

5- realizamos este mismo ejercicio con el brazo izquierdo.

Estiramientos de las extremidades inferiores:

- ✓ Levantamos la rodilla derecha y luego la izquierda, tratando de llevarla al pecho, con ayuda de las manos.
- ✓ Levantamos la pierna derecha hacia atrás, y con la mano izquierda tomamos el pie derecho y lo estiramos hacia arriba, lo más alto posible.
- ✓ Hacemos el mismo ejercicio con la pierna izquierda, sosteniendo el pie con la mano derecha.
- ✓ Abrimos las piernas a una distancia considerable, y llevamos el cuerpo hacia el lado derecho, con los pies bien apoyados sobre el piso.
- ✓ Hacemos el mismo ejercicio, pero hacia el lado izquierdo.
- ✓ También lo realizamos, pero con el cuerpo y las piernas extendidas hacia el frente y hacia atrás.
- ✓ Con los pies juntos, bien apoyados en el piso, llevamos nuestras manos hasta tocar los pies, sin doblar las rodillas.



TRABAJO GRUPAL

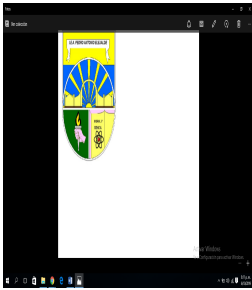
Cada uno planeará algunos pasos, con una canción corta que conozca, donde involucre diversos movimientos corporales.

1- JUGUEMOS A LAS CARRERAS DE RANAS:



Colocados sobre una línea de salida, imitamos el salto de la rana, avanzamos hacia la meta.

Gana quien ejecute correctamente el salto de la rana.



DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

mos de los implementos de educación física, 6 lazos y ubicamos cada uno en forma de hilera, a una distancia de 6 pasos largos cada lazo.

Los desplazamientos serán de forma lateral en el siguiente orden.

La primera cuerda será el punto de salida

- Nos desplazamos hacia la segunda cuerda, tocándola solo con la mano.
- nos devolvemos a la primera cuerda que marca la salida.
- Nos desplazamos hacia la tercera cuerda.
- Nuevamente nos devolvemos hacia el punto de partida.
- Así sucesivamente, y al final nos devolvemos, convirtiendo la última cuerda en el punto de partida.
- - tomamos un lazo y hacemos competencias, cuantos saltos logramos hacer con el lazo sin detenernos.

- hacemos carreras, trotando acompañado de brincos con los lazos.

Tenemos en cuenta que después de cada actividad física debe, relajarse el cuerpo y hacer nuevamente estiramientos.



SEMANA 23 y 24: 21 AL 31 DE JULIO

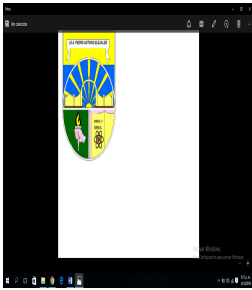
SABERES PREVIOS:

TRABAJO EN PAREJAS

Para este trabajo necesitamos los siguientes materiales:

- Hojas de papel iris de diferentes colores
- Marcadores

- 1- Cada hoja, la vamos a recortar por la mitad.
- 2- En cada hoja escribiremos el nombre de un color, diferente al color de la hoja, Así:



DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

AZUL ROJO VERDE
ROJO AMARILLO
NEGRO AZUL VERDE
AMARILLO ROJO
VERDE AZUL

- 3- Organizamos los colores en el piso, en diferentes posiciones, de forma que no queden dos colores iguales juntos, y tratamos de leer los nombres de los colores con la mayor rapidez posible.
- 4- Uno de los compañeros cubrirá los ojos del otro, y este último, caminará por el patio.

El compañero que no tiene los ojos vendados será su guía, indicándole oralmente hacia donde debe moverse.

CONCEPTUALIZACIÓN:

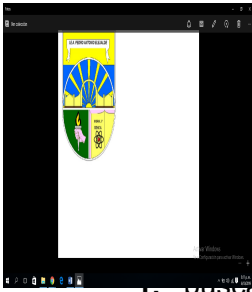
1. Responde lo siguiente en tu cuaderno:
 - a. ¿para ti, qué significa la palabra **visual**?
 - b. con tus propias palabras, escribe que significa la palabra: **auditivo**.
 - c. ¿Qué significa la palabra **motriz**?
 - d. ¿crees que es difícil ejecutar rápidamente, órdenes relacionadas con los movimientos corporales y desplazamientos?



Socializamos nuestras respuestas con los compañeros de clase.

ACTIVIDAD PRACTICA:

- 1- El profesor o profesora, nos dará las siguientes órdenes, y cada estudiante deberá realizarlas con rapidez.
 - a. Saltos hacia adelante, atrás, adelante, atrás, atrás, adelante, atrás, adelante...
 - b. Un paso a la derecha, a la izquierda, derecha, derecha, y así sucesivamente. Después intercalamos los del puto 1 y 2.
 - c. Hacemos el mismo ejercicio adelante, atrás, derecha e izquierda, con las manos, la cabeza.
 - d. Leemos con atención la siguiente información:
 - e. Memoria visual:
 - f. la capacidad de almacenar en la memoria, en la mente, una serie de información o informaciones que fueron vistas, observadas, percibidas por el sentido de la vista.
 - g. Memoria auditiva:
 - h. la capacidad de recordar la secuencia de una información auditiva, o sea una información que fue escuchada alguna vez.



DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

TRABAJO EN GRUPO

1. Buscamos una tabla, un cubo o algún elemento sólido.
2. Lo pintamos o lo forramos con papel, de color negro por un lado, y de blanco por el otro.
3. *Vamos a jugar:*

En este juego hay que estar muy alerta, primero que todo nos dividimos en **dos equipos**, equitativamente, cada equipo escoge uno de los dos colores.

Un compañero **lanza el elemento** escogido (tabla o el cubo) de manera que gire en el aire varias veces.

Si el elemento cae con el color negro en la parte superior, inmediatamente los del equipo blanco deberán perseguir hasta coger a los del equipo negro y viceversa.

4. Lee con varias veces las siguientes indicaciones:

En este juego, se debemos estar muy concentrados, de lo contrario seremos eliminados.

Todo el grupo **caminará** libremente por un espacio amplio, el profesor o la profesora, dará las órdenes por medio de números y los estudiantes ejecutaran las actividades indicadas según el número mencionado.

Por ejemplo:



Cuando el maestro diga **1**, reunirán parejas y uno será el caballo y montará a su compañero en la espalda.

Cuando diga **2**; se harán equipos de tres personas, y sentados en el piso imaginarán que están en un barco remando, deben hacer los respectivos movimientos.

Cuando diga **3**; se formarán equipos de 4 personas y cantarán una ronda conocida.

Cuando diga **4**; conformarán equipos de 3 personas, dos unirán sus manos haciendo una silla donde el otro compañero se sentará.

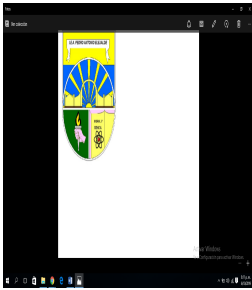
ACTIVIDAD EN PAREJAS

Para esta actividad necesitamos:

- Cartulina - Tijeras Colores - Lápices -Regla

1. recortamos 10 fichas de 5cm cuadrados cada una.
2. En cinco fichas, dibujamos un animal u objeto, o escribimos cualquier palabra.
3. En las otras cinco fichas, dibujamos o escribimos estas mismas palabras u objetos, formando parejas.
4. Coloreamos de forma creativa los dibujos realizados.
5. Ahora sí, vamos a hacer ejercicios de concentración visual.

-primero uno de los dos, dará la espalda mientras el compañero ubica las fichas, con la figura hacia abajo, en diferentes ubicaciones.



DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

- el compañero que va a jugar, voltea una ficha y trata de buscar la pareja de ésta.

-solo puede voltear dos fichas a la vez, una vez vistas; deberá volverlas a poner hacia abajo en el lugar que estaba situada.

-cada pareja encontrada se sacará aparte de las demás fichas, y así sucesivamente hasta encontrar todas las parejas.

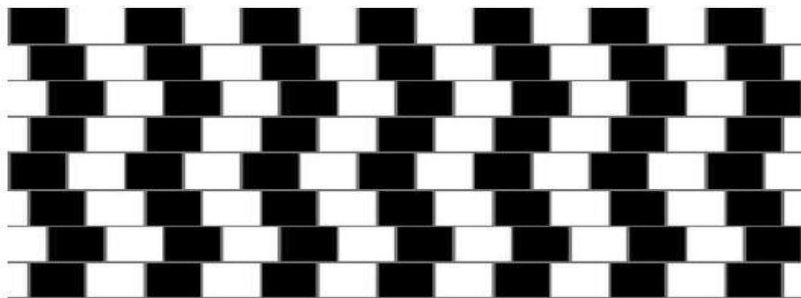
- el compañero que organizó las fichas, contabilizará las oportunidades dadas, y los errores al buscar las parejas, quien tenga menos oportunidades y errores es el ganador.

Observo cada una de las imágenes y se las enseño a mis familiares y vecinos:

1- Encuentro La 'O':

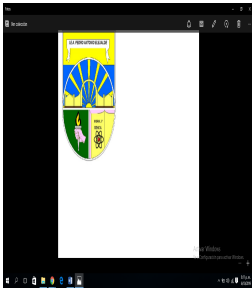
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ
QQQQQQQQQQQQQQQQ QQQQQQQQQQQQQQ

2-observa las siguientes líneas; crees que son oblicuas o paralelas:



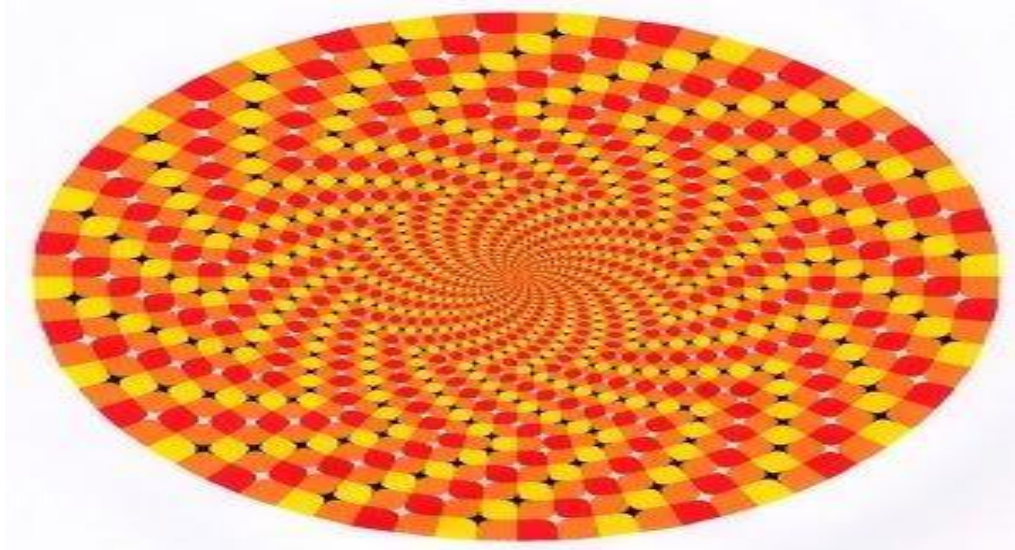
3- observo la imagen y descubro cuales figuras veo, y en que lugares están ubicados.





DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA AGROPECUARIA PEDRO ANTONIO ELEJALDE
ieapaefrontino2012@tareanet.edu.co
"La exigencia da calidad y la calidad da excelencia"

- 1- Mira la figura haciendo un movimiento así: cerca, lejos cerca, lejos, alejese y acequese a la imagen.



¿Qué sensación obtienes?