



GUIA DE EDUCACION FISICA GRADO TERCERO

TERCER PERIODO

PROYECTO: Conociendo mi Colombia por medio de la lectura.

DOCENTE: OSCAR DIAZ JORNADA: TARDE SEDE A

CORREO: educacion.fisica.sanrafa@gmail.com

Whatsapp: 3132540157

Desempeño: Ejecuta con habilidad el manejo del balón mejorando formas de correr, saltar y lanzar en el pre deportivo del mini-básquet desarrollando el compañerismo y respeto consigo mismo y los demás. Exploro

Iniciamos tercer periodo con mucho ánimo, se tendra en cuenta la creatividad, puntualidad y destreza con las cuales se presenten las actividades. Afianzaremos la coordinación ojo mano con actividad del predeportivo de mini-básquet. Como nuestro proyecto de grado es "conociendo mi colombia por medio de la lectura" realcionamos actividades que contribuyan a un mejor conocimiento de Colombia por meido de las coplas.

En nuestras clases sincrónicas reforzaremos y aclararemos inquietudes sobre los temas que tratamos en las guías.





ACTIVIDAD 1

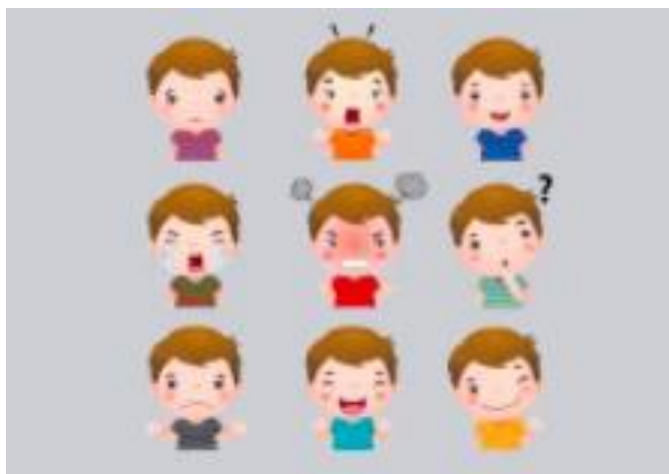
Practiquemos un poco coordinación con MINI-BASQUET

Semanas 1 y 2 del 8 al 18 de junio.

Teniendo en cuenta nuestra nuestras competencias socioemocionales continuamos conociendo un poco más sobre nuestros estudiantes de esta forma trabajamos en conjunto con nuestra área y el entorno familiar. Realizamos las siguientes actividades afianzando nuestra coordinación ojo-mano. **Recuerda tomar foto y enviar evidencia de la semana 1 y 2 al docente.**



1. Ejercicio 1. En un lugar amplio con una pelota o un objeto la lanzo y recibo a otra persona con la mano derecha 20 veces, con la mano izquierda 20 veces . Busca diferentes distancias.
2. Ejercicio 2. Lanzo la pelota o el objeto hacia arriba y lo recibo con mano derecha, mano izquierda con las dos manos.
3. Ejercicio 3. Busco diferentes posiciones para lanzar la pelota o el objeto a la otra persona. Intenta con diferentes distancias
4. Ejercicio 4. Intenta manejar al mismo tiempo diferentes objetos en forma de malabares.
5. Busca un recipiente de boca ancha y lanza diferentes objetos de peso y tamaño para que queden dentro del recipiente.
6. Realiza cada ejercicio varias veces una vez por semana.



De acuerdo a estos ejercicios en un cuaderno realiza el siguiente cuadro y llenalo de acuerdo a tu experiencia.

SEMANA 1

ACTIVIDAD	DIFICULTAD (facil-dificil)	EMOCION (alegria, rabia, tristeza, etc)
Ejercicio 1		
Ejercicio 2		
Ejercicio 3		
Ejercicio 4		

SEMANA 2

ACTIVIDAD	DIFICULTAD (facil-dificil)	EMOCION (alegria, rabia, tristeza, etc)
Ejercicio 1		
Ejercicio 2		
Ejercicio 3		
Ejercicio 4		



ACTIVIDAD 2 Cuestionario

Semana 3 y 4: Realizar del 6 al 16 de Julio.

Puedes realizar hasta el punto 8 en la semana 3 y el punto 9 y 10 en la semana 4. **Recuerda tomar foto y enviar al docente.**

Conozcamos un poco sobre el pre deportivo del baloncesto.

1. Que significa la palabra pre deportivo.
2. En que consiste el deporte del baloncesto
3. Que significa el término driblar. Realiza un dibujo como ejemplo.
4. Cuantos jugadores pueden participar en un partido de baloncesto por equipo.
5. Cuál es el vestuario del jugador de baloncesto. Dibújalo.
6. Cuanto tiempo tiene de duración un partido de baloncesto.
7. Investiga dos juegos que puedes realizar que se relacionen o tengan parecido con el baloncesto.
8. Investiga cuales son los pases básicos del baloncesto. Dibuja el ejemplo de 2.
9. En un octavo de cartulina dibuja la cancha de baloncesto.
10. En un octavo de cartulina realiza con plastilina el dibujo de los 5 jugadores de baloncesto con el balón.

ACTIVIDAD 3

Vamos a hacer coplas

Semana 5 y 6 del 19 al 30 de Julio

El periodo pasado trabajamos bailes, para este tercer periodo continuamos con nuestro folclor colombiano y realizaremos coplas de las diferentes regiones para la semana 5 realiza 2 coplas de una región toma video o foto en la cual estés recitando la copla y envíalo como evidencia. Para la semana 6 haces lo mismo, pero con una copla de una región diferente.



Naranja dulce,
limón partido
dame un abrazo
que yo te pido.



En la vida hay seis pilares
que tú los debes seguir,
siembra siempre el respeto
y en tu vida sé feliz.

ACTIVIDAD 4 PROYECTO TIEMPO LIBRE

Semana 7 y 8 del 2 al 13 de agosto.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: BOGOTA HAPPY

- ❖ **OBJETIVO:** Celebrar el cumpleaños # 483 de nuestra hermosa ciudad Bogotá D.C. Generando sentido de pertenencia y reconociéndola como eje fundamental en nuestra vida. Se realizarán diferentes actividades conmemorando el cumpleaños de Bogotá teniendo en cuenta los niveles y edades de los estudiantes.
- ❖ semana del 2 al 13 de agosto

Actividad



- ❖ **PRIMARIA:** los niños y las niñas con ayuda de sus padres elaboraran un plato típico de la ciudad.



La capital de Colombia también es un epicentro gastronómico bastante interesante. Aquí convergen platos de distintas partes del mundo, los mejores chefs y restaurantes del país y del continente ofertan un sinnúmero de opciones para los ciudadanos.

Sin embargo, también existe la comida propia, la que abarca mucho más que el famoso ajiaco. A continuación, te enseñamos cuáles son esos platos bogotanos que no podemos olvidar y que hacen parte de la urbe y su cultura.

- ❖ **El chocolate santafereño**
- ❖ **La fritanga**
- ❖ **Changua**
- ❖ **El tamal santafereño**
- ❖ **El puchero**