FICHA DE TRABAJO

2 SECUNDARIA

EJE; COMPETENCIA MOTRIZ

COMPONENTE PEDAGOGÍCO DIDACTICO: DESARROLLO DELA MOTRICIDAD

APRENDIZAJE ESPERADO

RELACIONA SUS DESEMPENOS MOTORES CON EL INCREMENTO DE SUS CONDICIÓN FÍSICA AL PARTICÍPAR EN ACTIVIDADES RECREATIVAS, DE INICIACIÓN DEPORTIVA Y DEPORTE EDUCATIVO PARA PROMOVER LA SALUD.

ACTIVIDAD:

1.-REALIZAR UNA INVESTIGACION INDIVIDUAL SOBRE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. QUE IMPLICACIONES TIENE ESTO EN LA EDAD ADULTA.

2.-REALIZA UN LISTADO DE ACTIVIDADES MOTRICES ,RECREATIVAS , QUE PUEDAN REALIZAR EN CASA, EN CONVIVENCIA CON LA FAMILIA Y REALIZARLAS.

3.- TOMAR SU FRECUENCIA CARDIACA ANTES DURANTE Y DESPUES DE LAS ACTIVIDADES MOTRICES QUE REALICEN EN CASA, COMO MANTENER UNA POSTURA CORPORAL CREATIVA EN DETERMINADO TIEMPO.

4.- ACTIVIDADES DE EXPRESION CORPORAL , COMO : (ADIVINA EL TITULO DELAPELICULA) CON SENAS TRATA QUE LOS DEMAS ADIVINEN QUÉ PELICULA ES.

5.- INVENTA UN JUEGO DE PELOTA DE FORMA COLABORATIVA(A TRAVÉS DELAS REDESSOCIALES), A SI COMO EL REGLAMENTO PARA SU PRACTICA , DESDE UNA PERSPECTIVA LUDICA.