



YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA

UNIDAD DIDACTICA

EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES

PERIODO TRES

Grado primero



DOCENTE: SOL ANGEL VARGAS GARCIA

ALUMNO: _____

GRADO _____



YERMO Y PARRÉS

INSTITUCION EDUCATIVA



OBJETIVO

La unidad didáctica está diseñado para realizar actividades básicas del área de Educación física grado primero que permitan desarrollar procesos mentales y alcanzar los logros esperados al finalizar el periodo y obtener un aprendizaje significativo.

Temas

- Expresión corporal
- Ajuste Postural
- Movimientos rítmicos y pequeños elementos
- Percepción Rítmica básica

INDICADORES DE DESEMPEÑO

1. Expresa corporalmente emociones, situaciones escolares de manera creativa.
2. Discrimina distancias, direcciones, trayectorias y momentos de tiempo.
3. Destaca la importancia del respeto y la colaboración mutua en el trabajo colectivo.
4. Ejecuta movimientos en forma alterna y simultánea con sus segmentos corporales.

EXPRESION CORPORAL

Saber conceptual



La expresión corporal o lenguaje corporal es una de las formas básicas para la comunicación no verbal. A veces los gestos o movimientos de las manos o los brazos pueden ser una guía de sus pensamientos o emociones



Actividad 1

YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA

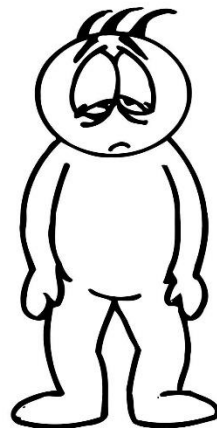


Observa la imagen y escribe lo que expresa.











Actividad 2

Dibuja las caras de los niños con las emociones que conoces.



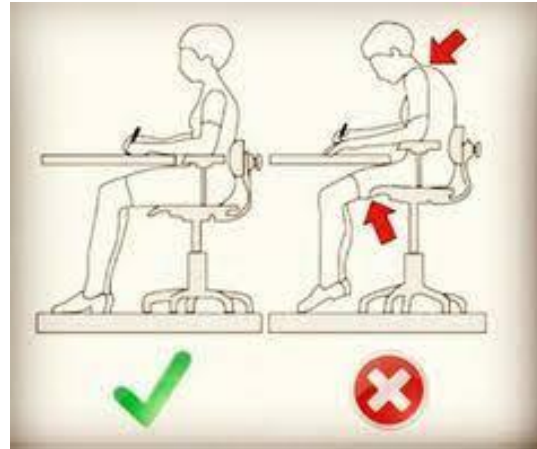
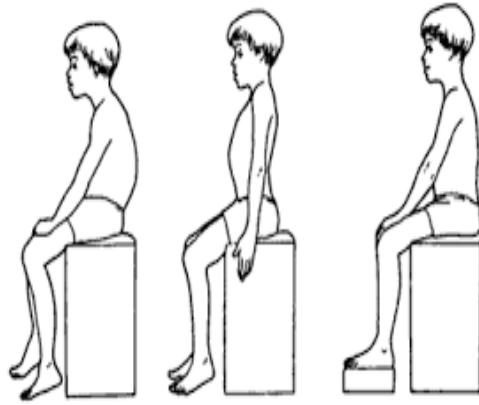


YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA



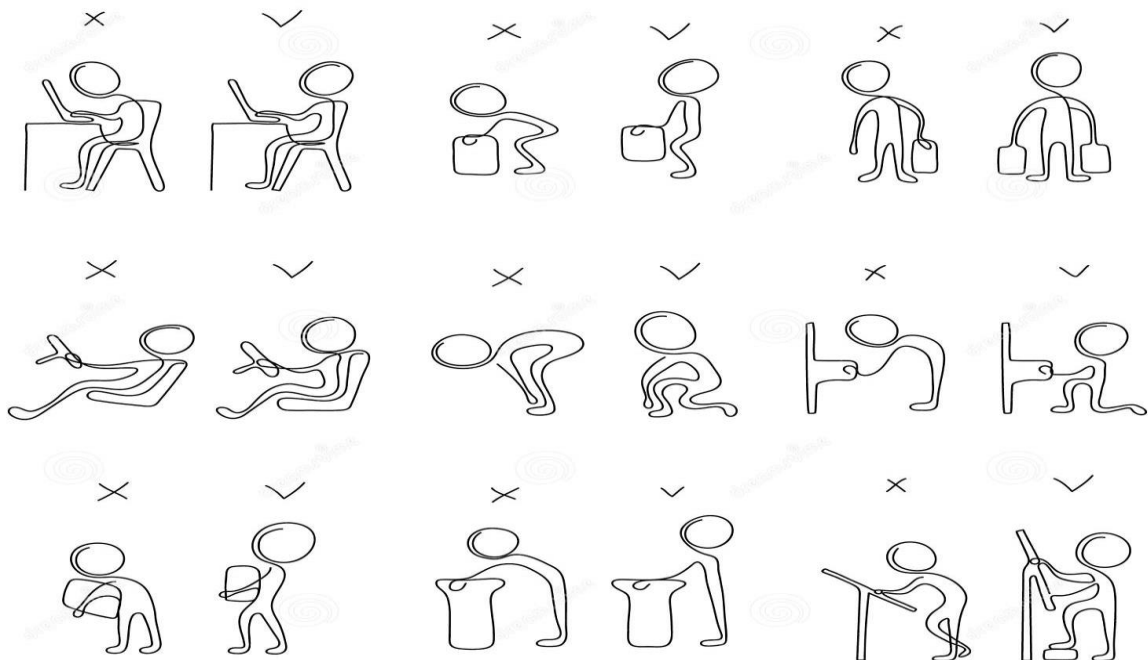
AJUSTE POSTURAL



La **postura** más saludable **para** mantener una espalda sana es **sentarse con** la espalda recta, apoyada **en** el respaldo **de** una silla **y** formando un ángulo **de** 90 °. Las piernas deben llegar al suelo **y** los codos deben estar apoyados.

Actividad 3

Coloreo solo las posturas correctas





Actividad 4

YERMO Y PARRÉS

INSTITUCION EDUCATIVA



Consulta el significado de los siguientes terminos:

RESISTENCIA :

CAPACIDAD:

FUERZA :

VELOCIDAD:

EQUILIBRIO:

Movimientos rítmicos y pequeños elementos

EL RITMO

El **ritmo** puede definirse como la combinación armoniosa de sonidos, voces o palabras, que incluyen las pausas, los silencios y los cortes necesarios para que resulte grato a los sentidos.

Presentación de danzas y ritmos de las regiones naturales en Colombia

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=tujtbfD6fZq&ab>

Actividad 5

Preparo el baile para realizarlo en público.

Percepción Rítmica básica

https://www.youtube.com/watch?v=AN-cuRu7oAQ&ab_channel=MarielaMolina

Actividad 6



YERMO Y PARRES

INSTITUCION EDUCATIVA



Observo el video y realizo los movimientos

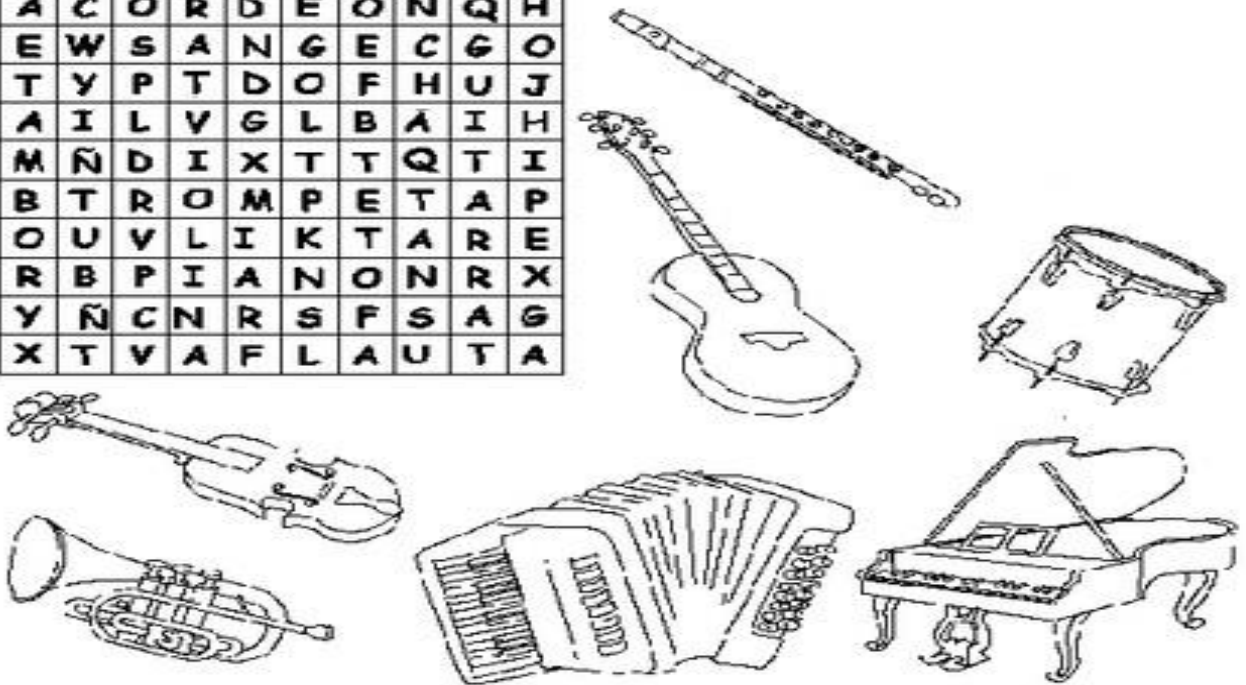
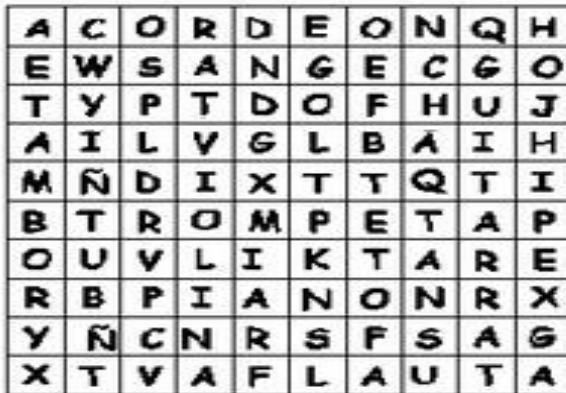
Actividad 7

RITMOS CORPORALES

Observo el siguiente video y sigo las instrucciones: https://youtu.be/y8Dr6Oj7_ol
<https://youtu.be/tGODLxtjqsI>

https://www.youtube.com/watch?v=sGSONHRv6Bg&ab_channel=CantiMundoOficial

Actividad 8 : Busca en la sopa de letras el nombre de los instrumentos y coloréalos



¡ESPERO HAYAS DISFRUTADO DE TU APRENDIZAJE!

DOCENTES:

BLANCA OSORIO

LILIANA QUINTO

NORA GUERRA

SILVIA RAMÍREZ

SOL ANGEL VARGAS