



INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES



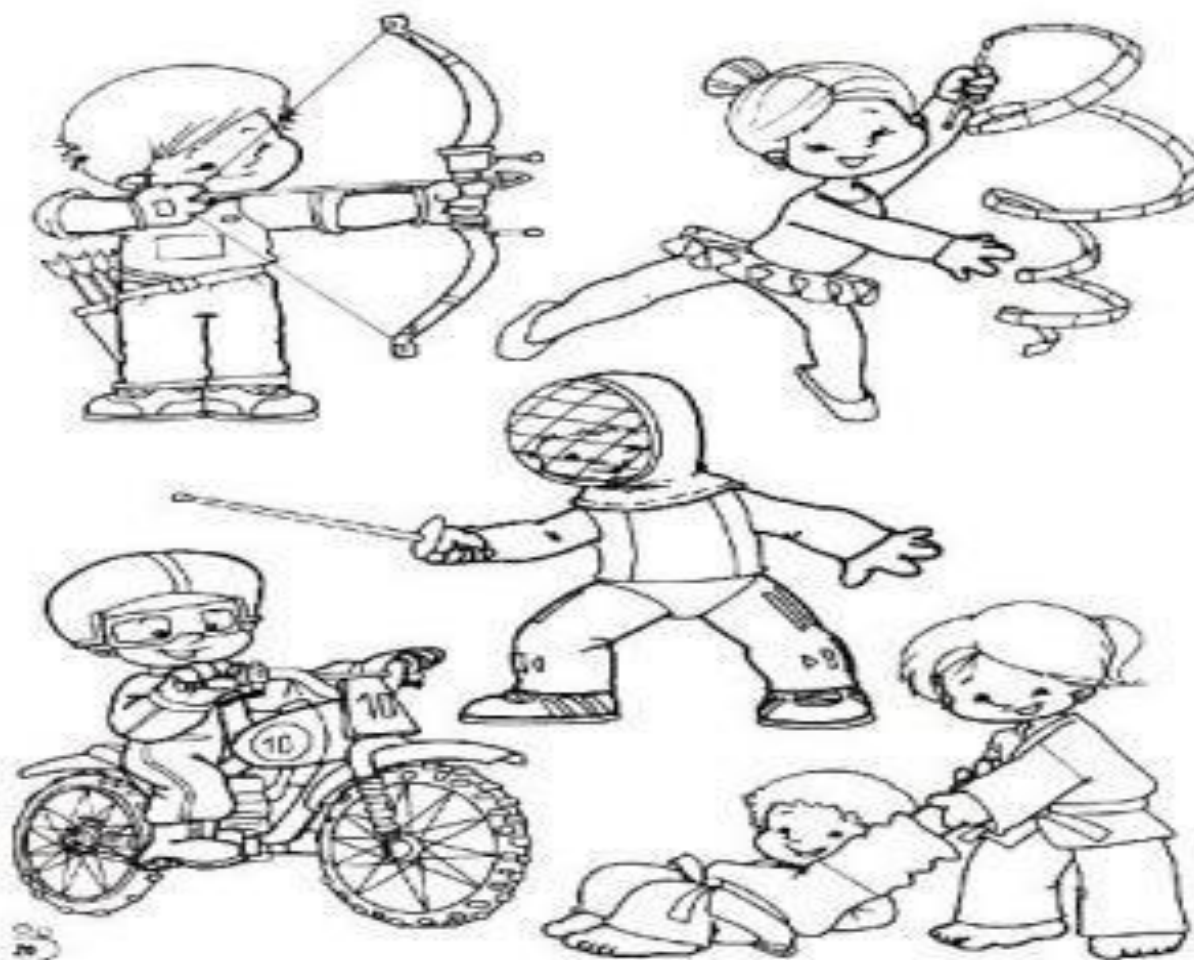
UNIDAD DIDÁCTICA EDUCACIÓN FÍSICA

GRADO: SEGUNDO

PERIODO 4

GRUPO: _____

DOCENTE: MONICA MARIA DAZY HINCAPIÉ



Pertenece a: _____

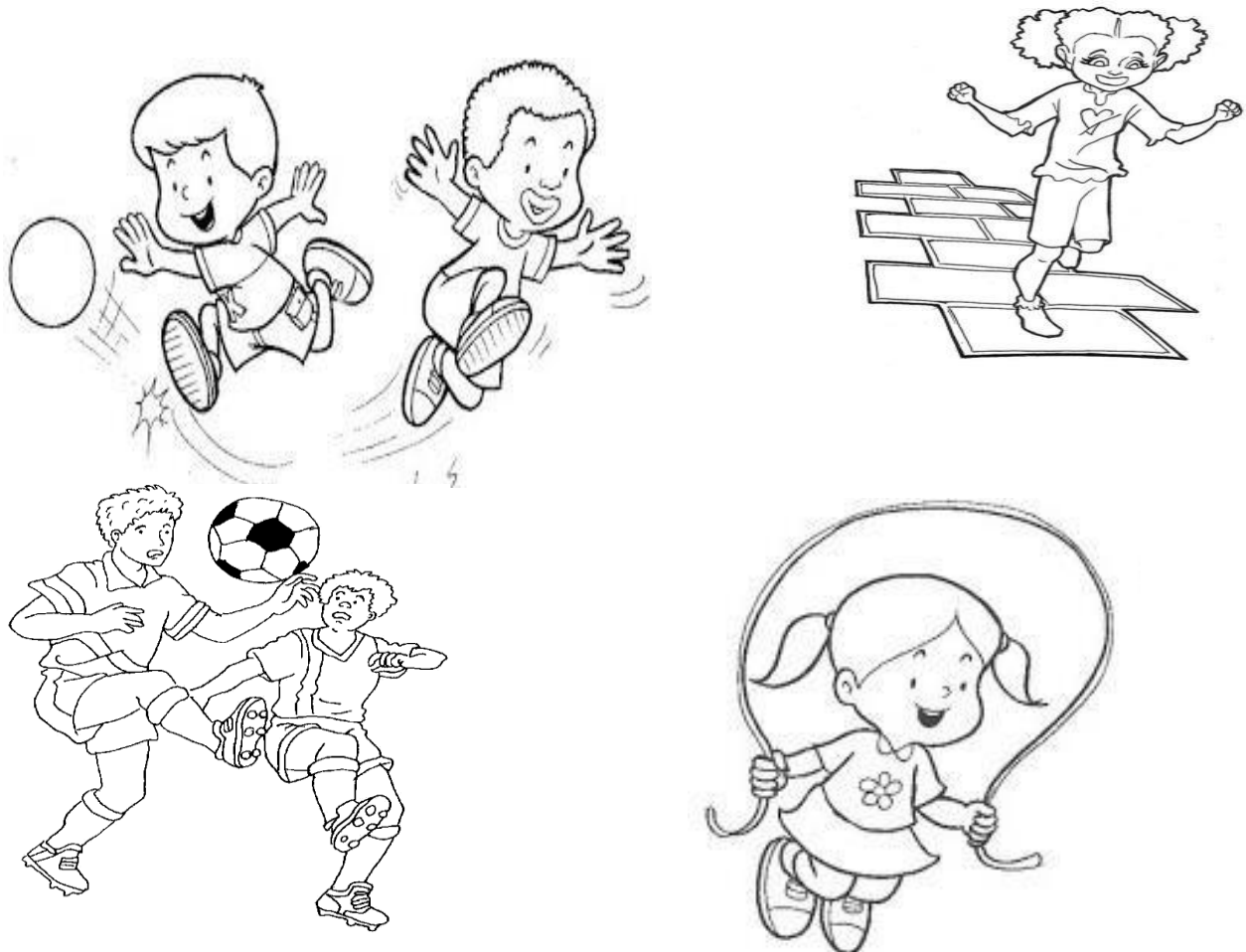
SABERES CONCEPTUALES:

- Iniciación a destrezas elementales
- Control corporal
- Conductas motoras de base
- Concepto tempero- espacial
- Velocidad

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

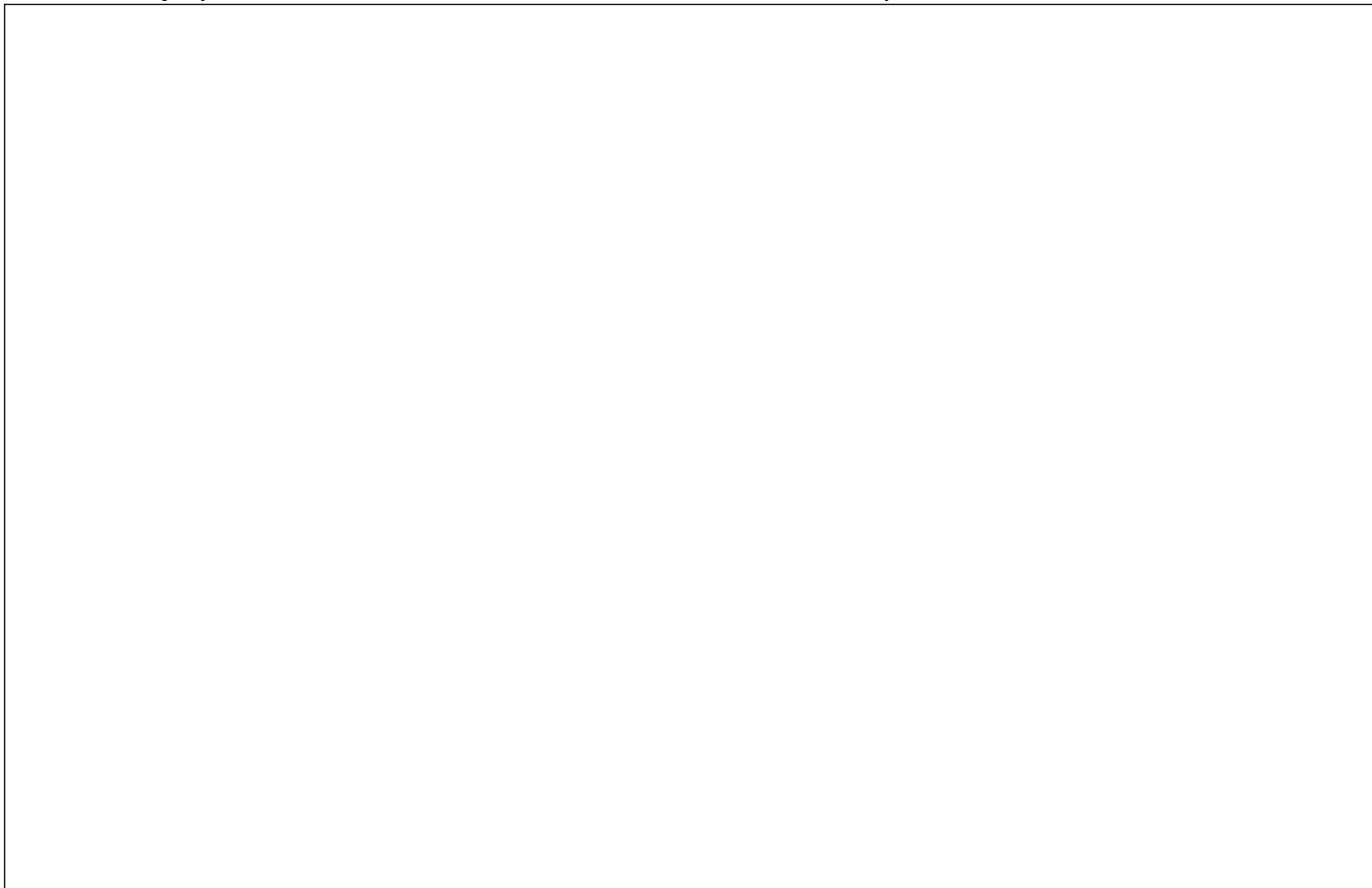
- Realiza armónicamente las formas básicas de desplazamiento y las tareas motrices propuestas.
- Adopta con facilidad diferentes posturas.
- Establece y respeta reglas de juego.
- Participa activamente en las actividades lúdicas programadas para la clase.

DESTREZA. Es la habilidad o arte con el cual se realiza una determinada cosa, trabajo o actividad y haciéndolo de manera correcta, satisfactoria, es decir, hacer algo con **destreza** implicará hacerlo y bien.



Actividad 1:

Dibuja y escribe en el recuadro, las actividades en las que tienes destreza:



ESQUEMA CORPORAL:

El conocimiento inmediato y continuo que nosotros tenemos de nuestro cuerpo en estado estático o movimiento, en relación con sus diferentes partes y sobre todo en relación con el espacio y los objetos que nos rodean.

ACTIVIDAD 2:

Colorea las imágenes y sigue las indicaciones:

1. Encierra en un círculo el objeto que se encuentra en medio:



2. Encierra en un círculo el niño que se encuentra en medio:



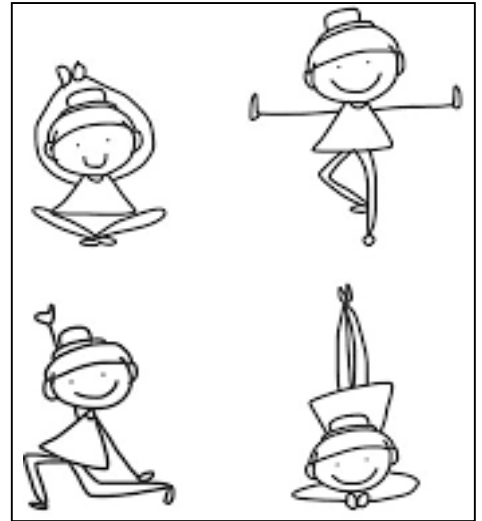
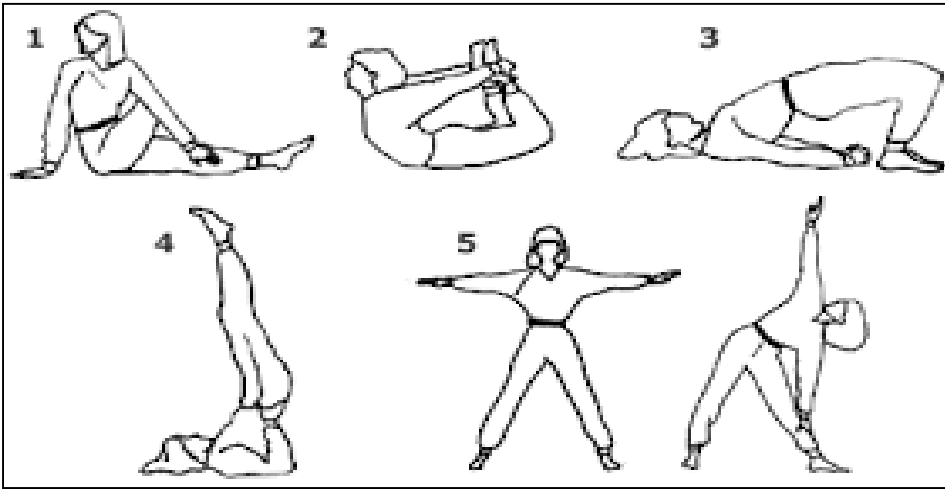
3. Escribe una X sobre la rana que está dentro del estanque:



CONTROL CORPORAL:

Es la capacidad de tener control mental sobre el cuerpo, lo que ayuda a tener un buen rendimiento al momento de realizar diferentes movimientos, desplazamientos o actividad física.

En otras palabras, es la habilidad de unir cuerpo y mente para lograr perfeccionar el desempeño físico.



ACTIVIDAD 3:

1. ¿Crees que puedes tener control corporal con las actividades físicas que realizas? Explica tu respuesta y dibuja cuales actividades físicas realizas:

A large, empty rectangular box intended for the student to draw the physical activities they perform.

CONDUCTAS MOTORAS DE BASE

Son las actividades generales (como la postura y el equilibrio), que son la base y dan firmeza para actividades motoras más avanzadas y específicas, como lo son: Correr, saltar, lanzar, patear un balón o saltar la cuerda.

ACTIVIDAD 4:

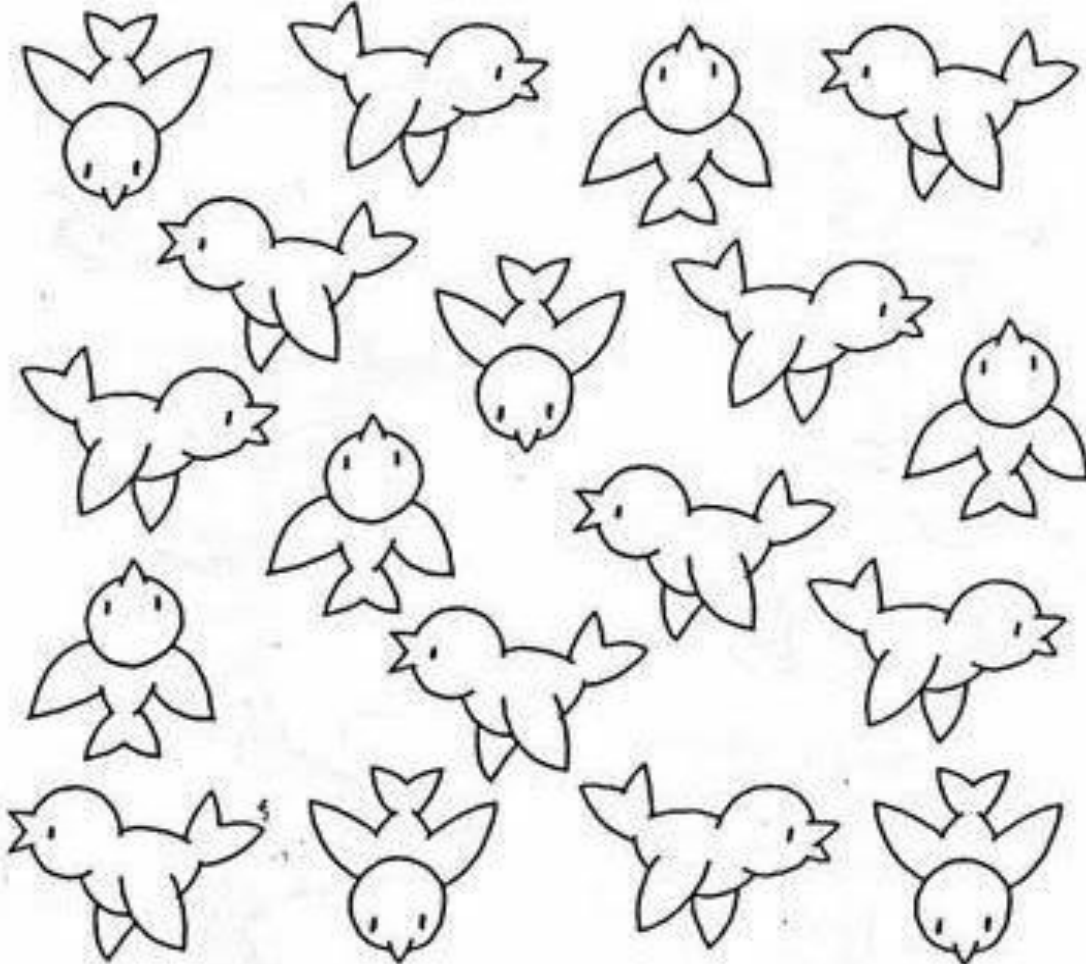
Dibuja las conductas motoras más avanzadas: Caminar, correr, saltar, lanzar, patear un balón y conservar el equilibrio.

CONCEPTO TEMPORO ESPACIAL:

Medio en el que nos movemos, donde transcurre el movimiento. Podemos definir la percepción espacio temporal como la capacidad para realizar una actividad o estudiarla permitiendo tomar decisiones correctas en cuanto al **cálculo de espacio y tiempo**.

ACTIVIDAD 5:

Colorea los pájaros, según la dirección en que vuelan, como se indica abajo:

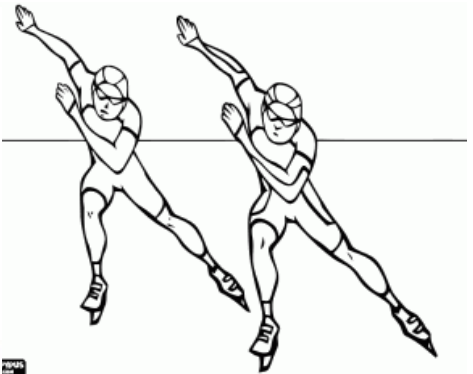


Colorea:

- De azul, los que vuelan hacia abajo.
- De rojo, los pájaros que vuelan hacia la derecha.
- De verde, los que vuelan hacia arriba.
- De amarillo, los que vuelan hacia la izquierda.

VELOCIDAD:

Capacidad de trasladarse en un espacio, en el menor tiempo posible



ACTIVIDAD 6:

Cuando practicas algún deporte o ejercicio, puedes observar que tienes mayor velocidad para realizar ciertas actividades, mientras que en otras, tus amigos o familiares pueden ser más veloces que tú. Realiza una lista de actividades en las cuales tu seas más rápido y otra lista en la cual te gustaría mejorar tu velocidad:

Hago una lista de actividades en las cuales soy veloz:	Hago una lista de actividades en las que me gustaría mejorar mi velocidad.
Dibujo una actividad de la lista:	Dibujo una actividad de la lista: