



INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ

Código: GPP-FR-20

GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO

Versión: 01

Página 1 de 4

| Área o asignatura | Docente                       | Estudiante | Grado | Fecha de entrega | Periodo |
|-------------------|-------------------------------|------------|-------|------------------|---------|
| EDUCACION FISICA  | ALVARO ALONSO MARIACA VALLEJO |            | 3°    | Según cronograma | 1       |

|   |  |
|---|--|
| <b>¿Qué es un refuerzo?</b><br>Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.<br><b>Actividades de autoaprendizaje:</b> Talleres<br><br>*Los cuadernos desatrasados no constituyen evidencia de aprendizaje | <b>Estrategias de aprendizaje</b><br><br>Realizar actividades de autoaprendizaje sobre el siguiente tema:<br>Habilidades basicas |
|---|--|

| Competencia  | Actividades                       | Entregables                           | Evaluación                      |
|--|-----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>Atender las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de hacer los ejercicios y aportar al trabajo de los demás.</li></ul> | 1° Resolver los talleres teóricos | 1° Talleres propuesto por el docente. | Entregar los talleres resueltos |



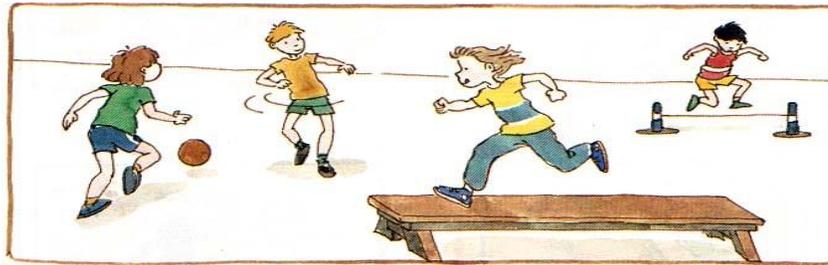
## INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ SEDE JFK Taller de Educación Física

Grado: 3°

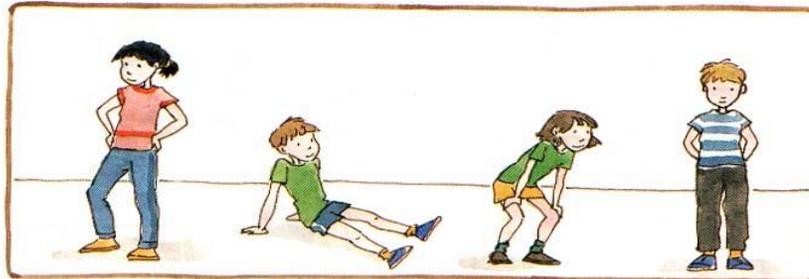
### EQUILIBRIO ESTÁTICO Y EQUILIBRIO DINAMICO

Lee atentamente y observa:

EL EQUILIBRIO ESTÁTICO es el que utilizamos para mantenernos cuando estamos parados.



EL EQUILIBRIO DINÁMICO es el que utilizamos para desplazarnos, saltar, girar, lanzar, etc., sin caernos.



¿SABÍAS QUE...?

- La superficie que tengamos en contacto con el suelo será nuestra **base de sustentación**.
- Cuantos más apoyos tengas en contacto con el suelo, más fácil será estar equilibrado.



Observa estos niños, tonos necesitan mantener el equilibrio para hacer sus actividades.

1° Rodea con un círculo rojo los niños que están en equilibrio dinámico y con un círculo azul los que están en equilibrio estático.

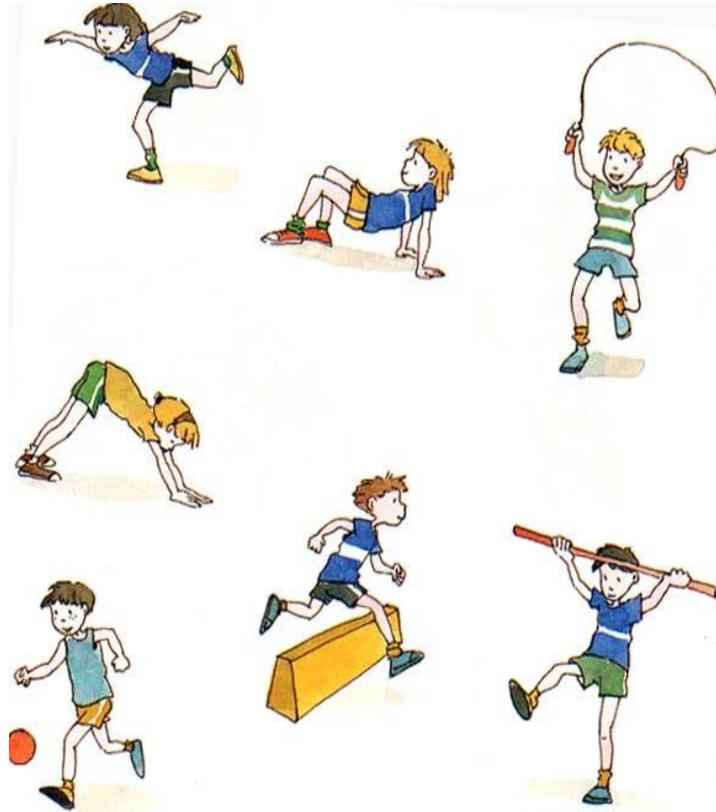
2° Rodea con un círculo verde las bases de sustentación.

3° Escribe debajo el número de apoyos que tiene cada niño.

4° Colorea de rojo todos los niños que están en equilibrio dinámico y de azul todos los que están en equilibrio estático.

5° Expresa detrás de esta página, con tus palabras, que es equilibrio estático y que es equilibrio dinámico.

Inventa un dibujo de cada uno.





INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ

Código: GPP-FR-20

GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO

Versión: 01

Página 4 de 4