



Área o asignatura	Docente	Estudiante	Grado	Fecha de entrega	Periodo
EDUCACION FISICA	ALVARO ALONSO MARIACA VALLEJO		3°	JUNIO 7	2

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

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<ul style="list-style-type: none"><li>Identificar las capacidades y el desarrollo de estas al realizar esfuerzo en la actividad física.</li></ul>	1° Resolver el taller teórico	1° Taller propuesto por el docente.	Entregar el taller resuelto



# INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ SEDE JFK Taller de Educación Física

**Grado: 3°**

**Periodo: 2**

**Año: 2024**

**Tema: Capacidades físico Motrices**

Observa los niños. Juan corre muy deprisa. Andrés y Alicia corren los dos a la misma velocidad, aunque muy despacio. Félix es el que más despacio corre.

1.- Dibújalos en el orden que ocuparan dentro de un rato.

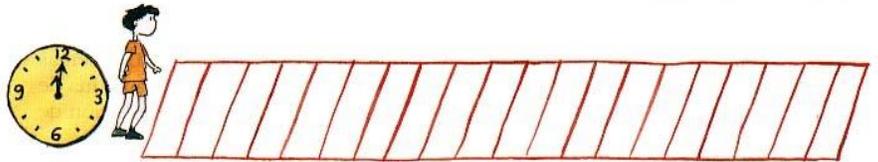


AHORA

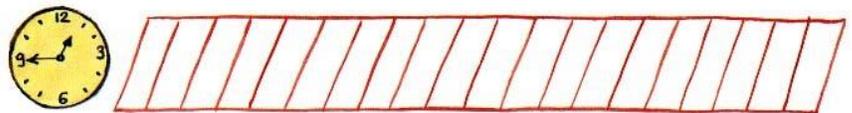
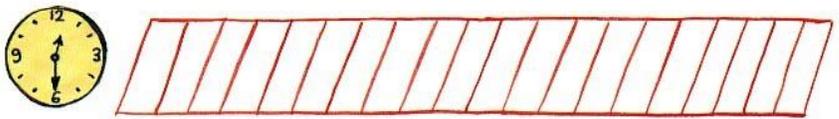


DESPUÉS

2.- Son las 12. Cada 5 minutos el niño recorre dos cuadros. Colócate en el cuadro en el que estará según la hora que marque el reloj.



3.- La velocidad es un factor determinante en la practica deportiva, cuantos saltos con la cuerda puedes realizar en un minuto.  
Coloca cuantos hiciste \_\_\_\_\_



- 4.- ¿Cuándo estamos empujando o levantando objetos que capacidad estamos ejercitando?
- ¿Las personas que practican la gimnasia ejercitan todas sus capacidades fisicomotrices, cuales piensas que son las 2 más importantes en este deporte?
  - ¿ Que capacidad es fundamental en los atletas que corren grandes distancias?