

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

<p><b>¿Qué es un refuerzo?</b></p> <p>Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.</p> <p><b>Actividades de autoaprendizaje:</b> Leer y resolver el taller.</p>	<p><b>Estrategias de aprendizaje</b></p> <p>Realizar actividades de autoaprendizaje sobre el siguiente tema: Capacidades perceptivo-motrices</p>
---	--

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</li> </ul>	1° Resolver el taller teórico	1° Taller propuesto por el docente.	*Entregar el taller resuelto

\*Para los vídeos, observe los vídeos y haga una lista de los temas y subtemas desarrollados en cada uno. Si en un vídeo se desarrollan ejercicios o problemas, transcribalos a una hoja de bloc e indique el tema al que corresponden. Para los talleres, resuelva los ejercicios, problemas o preguntas en una hoja de bloc, indicando procedimiento o argumentos las preguntas hechas por los docentes. Para los resúmenes, utilice herramientas diferentes al texto, pueden ser flujogramas, mapas mentales, mapas conceptuales. La presentación de los trabajos debe ser ordenada y clara. Para la sustentación del trabajo, debe presentarla puntualmente como se lo indique el docente.

# INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ SEDE JFK

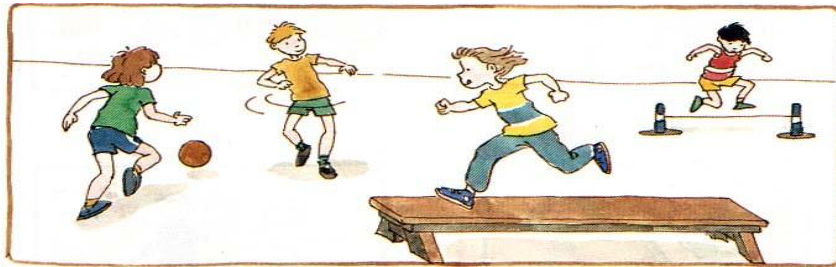
## Taller de Educación Física

Grado: 3°

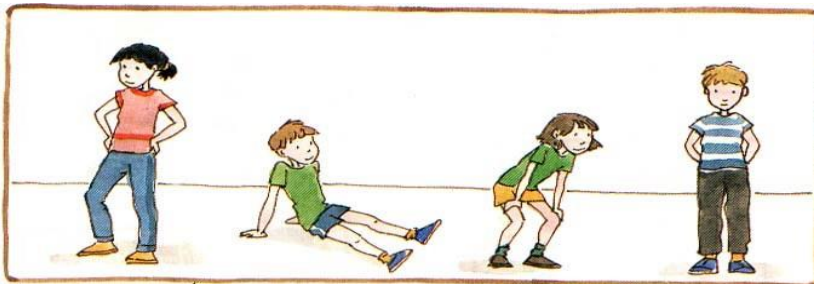
### EQUILIBRIO ESTATICO Y EQUILIBRIO DINAMICO

Lee atentamente y observa:

EL EQUILIBRIO ESTÁTICO es el que utilizamos para mantenernos en equilibrio cuando no estamos desplazándonos.



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, todos 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.

