

E.E.S N° 33 “Juan Facundo Quiroga”

TRABAJO PRÁCTICO N° 6

AÑO: 2020

CURSOS: 4º 4 C.O Mujeres

ESPACIO: EDUCACION FISICA

PROFESORA: CORDERO SCHNEIDER, PATRICIA

TEMA: ENTRADA EN CALOR Parte 3

Objetivo: Usar su creatividad para elaborar una entrada en calor utilizando las habilidades motoras básicas y combinadas para resolver el problema planteado.

CAPACIDADES: Resolución de problemas, planteando a las alumnas una situación que deberán resolver utilizando su creatividad y sus conocimientos previos, que les ayude a resolver los problemas planteados, fomentando su independencia.

EJE: Gimnasia Formativa

ACTIVIDAD:

1. Elaborar una entrada en calor:

Teniendo en cuenta todo lo que se dio en el trabajo practico N° 5 propone una entrada en calor para realizarla en la clase de Educación Física, que conste de 5 desplazamientos del miembro inferior (o sea movimientos de piernas) con movimientos articulares del miembro superior (hombro, brazos, manos), arma un cuadro donde coloques en un casillero la descripción del ejercicio de desplazamiento y al lado el dibujo del mismo. Usa tu imaginación para crear tus propios ejercicios.

2. Agregar otro cuadro que tengo 4 ejercicios de elongación, 2 de miembros superior y 2 de miembro inferior, hacer la descripción de los ejercicios y el dibujo.

N°	Descripción del Ejercicios de desplazamiento	Dibujo
1		
2		

3		
4		
5		

N°	Descripción del Ejercicios de elongación	Dibujo
1		
2		
3		
4		

Criterios para la entrega de los trabajos practico:

Se tendrá en cuenta la prolijidad y presentación del trabajo en tiempo y forma.

El trabajo practico debe tener caratula título del trabajo, curso, nombre y apellido y las respuestas a las consignas.

Correcto diseño y Producción de textos escritos y los dibujos sean ilustrativos y representativos a lo que se le solicita.

Tienen dos opciones de entrega para presentar los trabajos prácticos:

Al grupo de WhatsApp de 4 año para su corrección o

También nos pueden mandar a nuestros correos electrónicos:

profepatryschneider@yahoo.com.ar

Referencia Bibliográfica:

<https://www.youtube.com/watch?v=w5u-cfmkBfI>

<https://www.youtube.com/watch?v=R6OHxDHPsE>