

Periodo	TERCERO	Grupo	3º	Area	EDUCACION FISICA
Alumno(a)					
Maestro:	ALBEIRO DE JESUS HERRERA ALVAREZ				
Indicadores de Desempeño:	Saber: Identifica las normas de juego en la iniciación deportiva. Hacer: Aplica las habilidades motrices básicas durante la práctica de la iniciación deportiva. Ser: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.				

Actividades	Fecha
Realizar el siguiente taller en el cuaderno y presentárselo al respectivo docente. El Aguacate, un Fruto Saludable El aguacate es una fruta muy nutritiva. Su pulpa es suave y de color verde, es rico en grasas buenas que ayudan al corazón, también tiene muchas vitaminas que nos dan energía, comer aguacate ayuda a tener la piel y el cabello sanos. Este fruto crece en árboles altos y se da en climas cálidos, podemos comerlo en ensaladas, tostadas o solo con sal, es ideal para los niños porque les ayuda a crecer fuertes. ¡El aguacate es sabroso y muy bueno para la salud! - ¿Cómo es la pulpa del aguacate? - ¿Qué beneficios tiene el aguacate para el corazón? - Menciona dos formas de comer aguacate. - ¿Por qué es bueno que los niños coman aguacate?	Entrega del taller: (40%) MARTES 2 DE SEPTIEMBRE Sustentación: (60%) JUEVES 4 DE SEPTIEMBRE



Las Normas de juego

Cuando jugamos con nuestros amigos, es importante seguir normas. Las normas nos ayudan a divertirnos sin peleas ni problemas, debemos respetar los turnos y no hacer trampa, también es bueno escuchar y obedecer las reglas del juego. Si alguien pierde, no debemos burlarnos, lo más importante es compartir y jugar con alegría. Si todos seguimos las normas, el juego es más divertido. ¡Jugar bien es tan importante como ganar!

- ¿Para qué sirven las normas cuando jugamos?
- ¿Qué no debemos hacer cuando jugamos con otros?
- ¿Qué debemos hacer si alguien pierde el juego?
- ¿Qué pasa si todos siguen las normas?
- ¿Qué es más importante que ganar?

CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES BASICAS

Estación 1: Correr (Velocidad y resistencia)

Actividad: Carrera de relevos

- Los niños corren hasta una marca (10-15 metros), dan la vuelta y regresan.
- Pueden pasar una pelota o pañuelo como testigo.

Estación 2: Saltar (Coordinación y fuerza)

Actividad: Circuito de saltos

- Saltar dentro de aros (colocados en zigzag o línea recta).
- Saltar conos (colocados en zigzag o línea recta).

Estación 3: Lanzar (Precisión y control)

Actividad: Lanzamiento al blanco

- Lanzar pelotas canasta o aro.
- Aumentar la distancia si es muy fácil.

