

Escuela Secundaria técnica 150

Profesor. José cruz Barba Soto

Actividad del 20 al 30 de abril del 2020

Educación Física

SECUNDARIA. 3º

Eje: Competencia motriz

Componente Pedagógico didáctico: Desarrollo de la motricidad.

Evaluación: Actividades en la bitácora y foto como evidencias de las actividades realizadas en casa.

APRENDIZAJE ESPERADO
Pone a prueba su potencial motor al diseñar, organizar y participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, con la intención de fomentar estilos de vida activos y saludables.



Actividades:

- 1.- Diseñar y realizar 4 desafíos motrices en los que ponga a prueba el salto, armado de objetos, control del cuerpo y su fuerza. Realizarlo dos o tres veces por semana y verificar su mejoría.
- 2.- investigar e intercambiar puntos de vista con sus compañeros (a través de las redes sociales) sobre los beneficios de la actividad física en el organismo.
- 3.- Construir una secuencia de movimientos rítmica de 30 segundos y complementarla con la de otros tres compañeros, en la que pongan en práctica la expresión corporal, la locomoción, la manipulación y el equilibrio.
- 4.- Realizar un escrito de dos cuartillas, sobre la utilización del tiempo libre suyo y de tu familia, que los motiva a realizarlas y qué otras actividades podrían integrar.