



Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

Nombre completo del estudiante		Grupo	9°
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo traemos el mundo real al aula, para trabajar con la tecnología y lograr una profesión u oficio?			
ÁMBITOS CONCEPTUALES	DÍA	ÁREA	
tiempo libre y actividad física músculos sinérgicos, agonistas y antagonistas, su importancia en el trabajo físico	13 DE AGOSTO	EDUCACIÓN FÍSICA	
EXPLORACIÓN Actividades previas			
 1. observa y analiza la imagen y a nivel físico, como crees que influye la tecnología en la actividad física y a nivel personal crees que es positivo o negativo (explica por qué) 2 realiza la portada del tercer periodo. teniendo en cuenta los medios utilizados en la tecnología para la realización de la, actividad física			
ESTRUCTURACIÓN Actividades de construcción conceptual			
MOMENTO PARA APRENDER: Se conoce como Tiempo Libre a aquel tiempo que la gente le dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas esenciales. Su rasgo diferencial es que se trata de un tiempo recreativo el cual puede ser utilizado por "su titular" a discreción, es decir, a diferencia de lo que ocurre con aquel tiempo no libre en el cual la mayoría de las veces no se puede elegir el tiempo de realización, en este, la persona puede decidir cuántas horas destinarse Los músculos sinergistas colaboran de algún modo con la función de su agonista. Estos músculos ayudan a estabilizar, direccionar o contribuir a un movimiento articular particular. Los músculos que tienen la misma acción o acciones se consideran sinergistas.			



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
“Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso”
GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1



1. ¿Qué opinas de los descansos , después de un largo encierro en casa y de terminar el trabajo académico al final del año ?

TRANSFERENCIA
Actividades de aplicación

MOMENTO PARA PRACTICAR

1. realiza despues de el trabajo físico (combina ejercicios hechos anteriormente)de 8 minutos de intensidad por 5 repeticiones y cuéntanos tu experiencia sobre la relajación

EVIDENCIA EVALUATIVA

FECHA DE REVISIÓN: 27 DE AGOSTO

MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO

Wassap 3148732780
edmodo
correo

QUE RECIBIR

fotos del taller
videos de 5 minutos cada uno

BIBLIOGRAFIA

wikipedia google