



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, MEDIA.

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

Nombre completo del estudiante		Grupo	5°
--------------------------------	--	-------	----

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:
¿Cómo a través de los tics adquiero estrategias que contribuyan al mejoramiento de los aprendizajes y al desarrollo de mis competencias en las diferentes áreas del aprendizaje?

ÁMBITOS CONCEPTUALES	DÍA	ÁREA
FÚTBOL SALA.	Septiembre 11 al 25 del 2020.	EDUCACIÓN FÍSICA

EXPLORACIÓN
Actividades previas

<https://www.youtube.com/watch?v=h40pXhuyNRM>

GUÍA 3.

De acuerdo al video propuesto y de tus conocimientos previos y aprendidos en educación física y con la ayuda de un mayor, **CONTESTAR LO SIGUIENTE** en tu cuaderno de EDUCACIÓN FÍSICA:

- ¿ Qué ventajas puede brindar las tics a un deportista de alto rendimiento en su competencia?Justifique su respuesta.
- ¿ Qué desventajas puede tener un deportista de alto rendimiento por las tics en su competencia?Justifique su respuesta.

ESTRUCTURACIÓN
Actividades de construcción conceptual

MOMENTO PARA APRENDER:

Escribir o recortar y pegar en tu cuaderno de EDUCACIÓN FÍSICA:

Las Porterías. Las porterías se colocarán en el centro de cada línea de meta. Y estarán formadas por dos postes verticales separados entre sí, con una distancia interior de 3 metros y equidistantes de las esquina de la línea de banda y unidos en la parte superior por una barra horizontal llamado travesaño, que está a una distancia su parte interior del suelo de 2 metros.



El Balón: El cuero sintético es el material de la mayoría de los balones.
Circunferencia: 62 a 64 cms / **diámetro:** 20 a 20,5 cms. **Peso balón** de fútbol sala oficial: 400 a 440 gramos



El uniforme deberá constar de: camisetas mangas largas o cortas, pantalones cortos, medias tres cuartos y zapatillas de lona o cuero suave con suela lisa y revestimiento de goma o caucho.



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, MEDIA.

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



TRANSFERENCIA
Actividades de aplicación

MOMENTO PARA PRACTICAR:

Los siguientes ejercicios se pueden realizar en casa individualmente o en parejas, debe tener una pelota de cualquier tamaño, o un balón o una bomba o globo inflado, en un lugar de la casa que no haga daños o provoquen accidentes, los ejercicios que se van a realizar son:

FUNDAMENTOS

- 1) **El pase:** es la acción de entregar el balón a otro jugador con la mayor precisión posible. Realizar 20 pases con ambas piernas.
- 2) **Conducción:** es un gesto básico e imprescindible para adquirir una buena técnica, ya que es la base para dominar el pase, la conducción y el tiro. Conducir el balón por 5 minutos con ambas piernas alternando.
- 3) **El regate:** se utiliza para superar a uno o varios adversarios sin perder el dominio del balón.
- 4) **Tiro a portería:** se refiere a la acción de golpear el balón con cualquiera de las superficies de contacto permitida, en dirección a la portería y con la finalidad de marcar un gol. Colocar una portería pequeña y chutar hacer gol en ella, ambas piernas.
- 5) **La recepción:** es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior. Contra la pared chutó y recibió el balón.
- 6) **Las fintas:** sirven para engañar a los adversarios, ya sean de chute, pase o de conducción.
- 7) **El drible:** es la acción de evitar la entrada de un adversario y mantener la posesión de la pelota.
- 8) **El Cabeceo:** El golpeo con la cabeza es una técnica individual de transmitir fuerza al balón con cualquier superficie de contacto de la cabeza. Realizar varios ejercicios de cabeceo, ojala con una bomba o globo inflado.

Mayor información ver el enlace:

https://www.youtube.com/watch?v=U5RnpYfP4WY&ab_channel=CRTRAININGentrenamientospersonalizados

EVIDENCIA EVALUATIVA

FECHA DE REVISIÓN: Septiembre 11 al 25 del 2020.

MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO

Correo electrónico:
juan@iefelixdebedoutmoreno.edu.co
Whatsapp: 300 7678154 - EDMODO: btxmx3 para 5º-2
EDMODO PARA 5º-1 ES: i2r468
HORARIO: De lunes a Viernes de 7:00 Am a 12:00 Pm.

QUE RECIBIR

Fotos del trabajo del cuaderno, prácticas de ejercicios o Dibujos de ejercicios propuestos en las guías u otras que se le pidan en el desarrollo de las guías. Y enviar al whatsapp o el email del docente.



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, MEDIA.**

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

BIBLIOGRAFÍA

- Educación física, Básica Primaria. Carlos Bonilla B. Hipolito Camacho C. editorial Kinesis. 1999.
- Manual práctico para el desarrollo psicomotor del escolar, Rosario González Bravo. Colección Cultura física y Deportiva. Vol. 1. 1993.