



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
“Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso”
GUIA DE ESTRATEGIAS DE APOYO DE RECUPERACIÓN DE PERIODO PARA
BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA.

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

Nombre completo del estudiante		Grupo	7
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA DE PERIODO ¿Cómo me puedo comunicar a través del movimiento, mis gestos y expresiones corporales?			
ÁMBITOS CONCEPTUALES DEL PERIODO	DÍA	ÁREA	
cualidades físicas complementarias, marcha y ritmo	DEL 5 DE OCTUBRE	educación física	
EXPLORACIÓN Actividades previas (ACTIVIDAD PROPUESTA POR CADA ÁREA QUE PERMITA INICIAR EL TRABAJO DE LA GUÍA DE ACUERDO CON LOS ÁMBITOS CONCEPTUALES A EVALUAR)			
			
observa la imagen y analiza:			
1. cómo crees que puedes llegar a superarte a ti mismo en los aspectos físicos y académicos (explica) 2. crees que las cualidades derivadas pueden mejorar tu sistema de conocimiento en el colegio (estudio) y en las actividades físicas (explica) 3. ¿Cómo debes diferenciar la marcha académica del ritmo de estudio y la educación física? (explica)			
ESTRUCTURACIÓN Actividades de construcción conceptual (RECORDAR LOS CONCEPTOS BÁSICOS DEL 2DO PERIODO QUE SON NECESARIOS PARA EL DESARROLLO DE LA GUÍA DE ESTRATEGIAS DE APOYO)			
Cualidades complementarias: amplitud de movimiento (flexibilidad, elasticidad y movilidad articular), coordinación y equilibrio. Algunos autores también incluyen el ritmo. Han de estar presentes en cualquier actividad física pero no de manera tan indispensable. Dependen de la capacidad de regulación y control neuromuscular y están basadas en las habilidades perceptivo motrices (percepción temporal, espacial y temporal) y el desarrollo de la coordinación. Popularmente se confunden flexibilidad y elasticidad, pero podemos encontrar deportistas elásticos y poco flexibles y viceversa. Cualidades derivadas: Potencia y agilidad. Se producen como consecuencia de la conjunción de diversas cualidades físicas básicas o complementarias, que es como en realidad suelen manifestarse las cualidades físicas durante el desarrollo de cualquier actividad deportiva. Las finalidades de la educación y la educación física son similares, entre ellas se encuentran el desarrollo del individuo y la preparación para una vida con responsabilidades de acuerdo a las costumbres y pensamientos de cada institución. La formación de hábitos en la actividad física será de gran ayuda para el estudiante, pues algunas investigaciones han demostrado que algunas enfermedades cardíacas aparecen durante los dos primeros años de edad y puede extenderse hasta los 19 años, la gravedad del asunto es que si los niños y jóvenes no mejoran sus hábitos podrían sufrir seguramente de presión alta u obesidad en la edad adulta tipos de marcha			



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
“Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso”
GUIA DE ESTRATEGIAS DE APOYO DE RECUPERACIÓN DE PERIODO PARA
BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA.

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

- **marcha fúnebre**, con andar lento;
- **marcha militar**;
- **marcha procesional**;
- **marcha nupcial**, con aire solemne;
- **marcha redoblada o pasodoble**;
- **marcha circense**, de paso apresurado.

Las marchas también eran lentas y rápidas. A la vez movían sus pies y los brazos y se unían al carnaval

En el ámbito de la **música**, una marcha es una **obra** que entra en las **composiciones** definidas por el movimiento o por el ritmo. Puede considerarse dentro de las **danzas andadas**. Una marcha regula el paso de un cierto número de personas.

Se estructura en **compás binario** o **cuaternario**, aunque el más común es el binario. Su **ritmo** lleva a la división de los **tiempos** en dos valores desiguales, siendo el primero más largo que el segundo, para lo cual se suele usar el **puntillo**. De esta manera, se consigue una **acentuación** que ayuda a llevar el paso.

TRANSFERENCIA

Actividades de aplicación

(SE PROPONEN EJERCICIOS QUE LE PERMITAN AL ESTUDIANTE LA APLICACIÓN DE LOS CONCEPTOS APRENDIDOS Y AL DOCENTE HACER SEGUIMIENTO A LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE)

1. realizar saltos , desplazamientos, sentarse y pararse del piso rápidamente, con fondo de ritmo musical durante 3 minutos (repetir 4 veces)
2. realiza marcha con ritmo musical (crea tu propia marcha
3. realiza sentadillas con velocidad moderada y el tronco derecho (duración 3 minutos)

EVIDENCIA EVALUATIVA

FECHA DE REVISIÓN: 15 DE OCTUBRE

MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO

wassap 3148732780
adelxon@iefelixdebedoutmoreno.edu.co
edmodo

QUE RECIBIR

fotos taller
3 videos de 3 minutos máximo cada uno de los ejercicios

BIBLIOGRAFIA

más información en: **Cualidades derivadas (Educación física)** © <https://glosarios.servidor-alicante.com>