



GUIA DE APRENDIZAJE N° 9

Área: Educación Física	Aprendizaje: Ejemplifica los patrones básicos de movimiento a través de juegos y actividades para el fortalecimiento en la ejecución de ejercicios gimnásticos.	Fecha: Octubre 26 al 6 de noviembre del 2020
Grados: 6ª		Semanas 28 y 29



El Covid continúa entre nosotros ¡Sigue las recomendaciones de Autocuidado!



Lavado de manos



Usa Tapabocas



Distanciamiento Social

Tema: Patrones básicos de movimiento

- ¿Qué entiendes por locomoción?
- ¿La manipulación hace parte de los patrones básicos de movimiento?

Juega, comparte, disfruta y aprende en familia.

Nudo con los pies

Los participantes se sientan en una silla, con los pies descalzos. Colocan un trozo de cuerda atada a los pies (la cuerda atada por los extremos a los tobillos). Entonces, deben intentar hacer un nudo. El primero que lo logre gana. Para adultos y niños de más de 10 años.

Con lo que vas a realizar en la guía, fortalecerás los conceptos vistos en clases anteriores relacionados con el movimiento de una forma más amplia para alimentar tus conocimientos y aprovechar el tiempo libre en casa con tu familia.

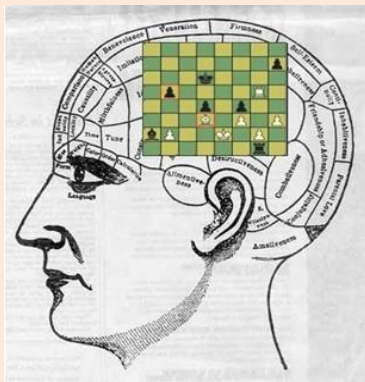


1. Ingresa al siguiente link, observa el video y responde las siguientes preguntas
<https://www.youtube.com/watch?v=qj3tZyQzXQM>
 - a. De acuerdo al video ¿Qué patrón básico de movimiento se te dificulta más?
 - b. Con respecto a los conceptos nombrados, da un ejemplo de cada uno relacionándolos con la gimnasia.

Muy bien, te felicito, ahora podrás realizar la siguiente actividad aplicando los conocimientos que adquiriste en el punto 1. Anímate.

2. Realiza una rutina de ejercicios donde puedas aplicar los patrones básicos de movimiento, utilizando los elementos que tengas en casa. Realizarás 2 series de 10 repeticiones y los expondrás en la clase.

Muy bien, ahora cuéntame ¿Que aprendiste o en qué crees que mejoraste desarrollando esta guía?



Muy bien, te felicito por la actividad anterior, ya ejercitaste tu cuerpo, ahora vas a ejercitar tu mente a través del ajedrez. Se que lo harás muy bien. Anímate.

OBJETIVOS DEL AJEDREZ ESCOLAR

Conocer el movimiento de las piezas y las normas básicas del juego. ... Fomentar las habilidades múltiples que el ajedrez ofrece.

El ajedrez te ayudará a desarrollar de una forma natural habilidades tanto de tipo cognitivas como sociales (memoria, capacidad de concentración, atención, reflexión, toma de decisiones y la aceptación ante el error, táctica, estrategia en cualquier deporte entre otras) además aprenderás a aceptar los errores no como una forma de fracaso o castigo, sino como un medio de motivación para corregirlos y salir adelante.

3. Ingresa a los siguientes link y observa los **tutoriales aprendiendo desde cero**

<https://www.youtube.com/watch?v=R4-kj3Sm4zo>

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

- a. Socializarás en clase los videos para luego hacer una retroalimentación con todo el grupo.

Felicitaciones, ahora aplicarás estos conocimientos a través de una plataforma que te permitirá jugar con tus compañeros, cada uno desde su casa.

4. Ingresa al link para conocer la plataforma de LICHESS y para invitar a tus compañeros de salón a jugar una partida de ajedrez

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

- a. Socializarás y llevarás estos conocimientos a la clase virtual de manera práctica con un compañero del salón guiado y orientado por la maestra.



Excelente trabajo.



METACOGNICION

- Ahora Pregúntate ¿Para qué te ha servido esta guía?
- ¿Cuáles fueron las estrategias que más te fusionaron para llevar a cabo las actividades?
- ¿Puedes explicarle a tu familia lo que aprendiste?

Entregable

1. Desarrollar la guía en casa para socializarla en la clase virtual.
2. Se revisará en clase el desarrollo del punto 2.

