

Docente :	Guadalupe García
Grado:      sección:	1° y 2° A, B Y C
Asignatura:	Educación Física
Unidad :	Me Divierto expresándome con mi cuerpo y Aprendiendo Deportes
Tema:	Aprendiendo Deportes
Indicadores de logro:	Conocimiento de deportes y principales técnicas.
Fecha de publicación:	<p><b>Martes 12 de mayo</b></p> <p><b>Video conferencia por medio de zoom:</b> se les enviará la invitación por medio de la plataforma institucional el día martes 12 por la mañana.</p>
Fecha de entrega y medio de entrega:	<p><b>Martes 26 de mayo</b></p> <p><b>Portafolio Deportivo en Google Sites enviar link a</b></p> <p><b>Aula virtual chaleco:</b></p> <p><a href="https://plataforma.santacecilia.edu.sv/av/login/?lang=es">https://plataforma.santacecilia.edu.sv/av/login/?lang=es</a></p>
Desarrollo de la temática	<p><b>PREPARACIÓN:</b></p> <p>Con base en el deporte o disciplina deportiva ya asignada que por medio de un listado y según su número de lista, por ejemplo:</p> <p>Cárcamo Martínez, Luis Guillermo #3 de la lista, le corresponde el deporte número tres del listado en éste caso es el <b>Baloncesto</b></p> <p><b>DESARROLLO:</b></p> <p>Deberán realizar una investigación de los principales ejercicios de técnicas o fundamentos del deporte o disciplina deportiva asignado.</p> <p>Los estudiantes deberán fotografiarse realizando dichos ejercicios de técnicas o fundamentos y agregar una explicación.</p> <p><b>Ejemplo:</b></p>

**Posición de defensa:**

La posición defensiva consiste en flexionar ligeramente las rodillas y realizar desplazamientos laterales intentando robar el balón o evitando una acción de pase, tiro o intento de penetración a la canasta por parte de su rival.

**Pase de pecho:**

Consiste en tomar el balón con ambas manos a la altura del pecho, separar los codos del cuerpo ligeramente y ubicar los dedos pulgares apuntándose mutuamente, para finalmente arrojar la pelota dando un paso hacia adelante y orientando el balón con todo el cuerpo.

**Tiro al Aro:**

La cabeza se levanta y la vista hay que ponerla en el punto del tablero donde el balón debe botar para que este entre en el aro.

Para lograr la mejor posición de tiro, mueve el peso del cuerpo sobre la pierna contraria al brazo que tira. Impulsa extendiendo esa pierna y dirige la otra hacia arriba ligeramente flexionada.

Durante el impulso hacia arriba, lleva el balón con las dos manos hasta un punto encima y en frente de la cabeza. Deja el balón sobre la mano de tiro y extiende completamente el brazo. La palma de la mano que tira debes mostrarla de frente al aro mientras controlas el balón con la punta de los dedos.

Suelta el balón suave y controladamente contra el tablero y flexiona la mano para terminar la acción del tiro baloncesto.

La “tarea” que deberá entregar	Los estudiantes deberán agregar en el Portafolio Deportivo en Google Sites todas las actividades que se desarrollarán en la materia de educación física durante el período, incluyendo las técnicas solicitadas en ésta guía.		
ACTIVIDAD	Recordar que cada entrega va sumando un porcentaje del 70% del período.		
FORMATIVA/ACTIVIDAD	También, se les agrega unos ejercicios a realizar con cuerda para darle continuidad a la práctica de educación física, se les pide hacer su video ya que posteriormente se solicitará evidencia de éstos.		
EVALUADA			
Criterios de evaluación:	CRITERIO	PONDERACION	DEFINICION
	Cantidad	20%	Deben investigar al menos 5 ejercicios de técnicas o fundamentos del deporte o disciplina deportiva que le corresponde.
	Claridad	50%	La descripción de las técnicas o fundamentos de su deporte o disciplina deportiva escogida deberán ser claras y entendibles.
	Originalidad y fotografías propias	30%	Deberán fotografiarse realizando las principales técnicas o fundamentos de su deporte o disciplina deportiva, (si su deporte implica algún instrumento deberá tomar la fotografía simulando el instrumento y agregar en la descripción de la técnica la utilización de dicho instrumento)
RECURSOS EN LINEA	Para crear el portafolio:		
	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=uQt3HWjW13g">https://www.youtube.com/watch?v=uQt3HWjW13g</a>		
	Aquí les dejo otro video para que cuando suba los archivos pueda configurarlos para compartirlos:		
	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=JHtdqK4x848">https://www.youtube.com/watch?v=JHtdqK4x848</a>		
	Ejercicios propuestos para ésta semana:		
	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=O7A6lhKyE_4">https://www.youtube.com/watch?v=O7A6lhKyE_4</a>		