**GUIA 10 DE TRABAJO (FASE 3) SEMANA 5**

**PRIMER CICLO**

**EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROFESOR**

**CARLOS EDUARDO GARCIA OCAMPO**

**TAREA DEL PERIODO DEL 29 DE JUNIO AL 3 DE JULIO DE 2020**

1. **ORIENTACIONES GENERALES ANTES DE INICIAR LA GUIA PRACTICA, CON LA AYUDA DE MADRES O PADRES DE FAMILIA**
   1. Dentro de su casa, disponer de un espacio limpio y libre de riesgos a su seguridad física y psicológica, que permita hacer ejercicios, garantizando la seguridad de la alumna ó alumno
   2. Utilicen ropa cómoda, puesto que eso resulta sumamente necesario para el buen desarrollo de ejercicios y utilizar una toalla o trozo de tela para limpiarse después de la practica física.

c) Deberá dejar constancia en un cuaderno exclusivo para Educación Física respecto de los conceptos que se le preguntan en cada lección, trabajar de forma ordenada, limpia y con letra legible.

d) No olvides tomar agua, antes, durante y después de hacer ejercicios.

**Unidad: Nuestras habilidades físico-motoras y deportivas**

**Responde las siguientes preguntas:**

¿Que objetos deportivos puede desplazar con su cuerpo, mencionar tres?

¿porqué es importante hacer mucha actividad física?

¿Que es la direccionalidad al momento de lanzar una pelota?

¿Qué aspectos tendrías que mejorar en tu puntería al momento de lanzar una pelota?

¿Qué es la coordinación en educación física y porqué es importante?

¿Porqué es importante la posición de nuestro cuerpo al lanzar una pelota?

REALIZA LOS EJERCICIOS QUE SE MUESTRAN CON LA AYUDA DE UNO DE TUS PADRES O HERMANOS

<https://www.youtube.com/watch?v=eAH2TuotCfg>

