

	SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL I.E. GIMNASIO GRAN COLOMBIANO	PAG 1	
	GESTION DE CALIDAD PROCESO DE APOYO BIBLIOGRAFICO Y EDUCATIVO	A-BE-GS-2	
	GUIA DE APRENDIZAJE	V1 MAR. 2021	

ÁREA(S): EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE, RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE

NIVEL: BACHILLERATO

GRADO: NOVENO

FECHA DE PUBLICACIÓN: 30 DE JULIO 2021

FECHA DE ENTREGA: 13 DE AGOSTO 2021

OBJETIVO: Utilizar los ejercicios básicos de aprendizaje de la gimnasia como medio para el desarrollo de habilidades físicas y técnicas de éste deporte.

ESTÁNDAR: Por medio de la gimnasia y la aplicación guiada de ejercicios concernientes con su técnica, se potencian sus habilidades motoras gruesas y finas.

COMPETENCIA: Técnica básica de aprendizaje de la gimnasia y su reglamentación.

DBA: Mejorar el proceso de desarrollo físico – motor por medio de la práctica de la gimnasia.

RESULTADO DE APRENDIZAJE ESPERADO: Mejoramiento de las habilidades físicas y técnicas concernientes al deporte a desarrollar (gimnasia), adquisición de conocimientos y comprensión de conceptos importantes dentro del deporte su historia y desarrollo.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA: FUNDAMENTOS TECNICOS DE LA GIMNASIA.

La gimnasia general es una modalidad practicada desde hace ya muchos años en el viejo continente, promoviendo una creativa manera de fomentar la salud, la integración social y la cultura de la práctica gimnástica en sus diferentes manifestaciones. Por definición, la gimnasia general es una modalidad de fundamento no competitivo que busca la salud y participación de todo aquel que se sienta atraído por el movimiento físico y que conforma un grupo, que se presenta y actúa con una creativa y particular expresión gimnástica buscando resaltar los aspectos culturales y sociales de su región. Actualmente tiene un gran impacto en el mundo este movimiento denominado: "Gimnasia General" y la FIG atiende sus demandas a través de un comité técnico encabezado por la sueca Margaret Sikkens, que funciona con igual éxito y productividad que las otras modalidades gimnásticas competitivas, principalmente en la promoción del gran evento denominado "Gymnaestrada", que se realiza cada cuatro años y que reúne en número de participantes a la misma cantidad de deportistas que los Juegos Olímpicos.

FUNDAMENTOS TECNICOS

Se pueden realizar diferentes formaciones.

Se puede trabajar en diferentes niveles (bajo, medio, alto)

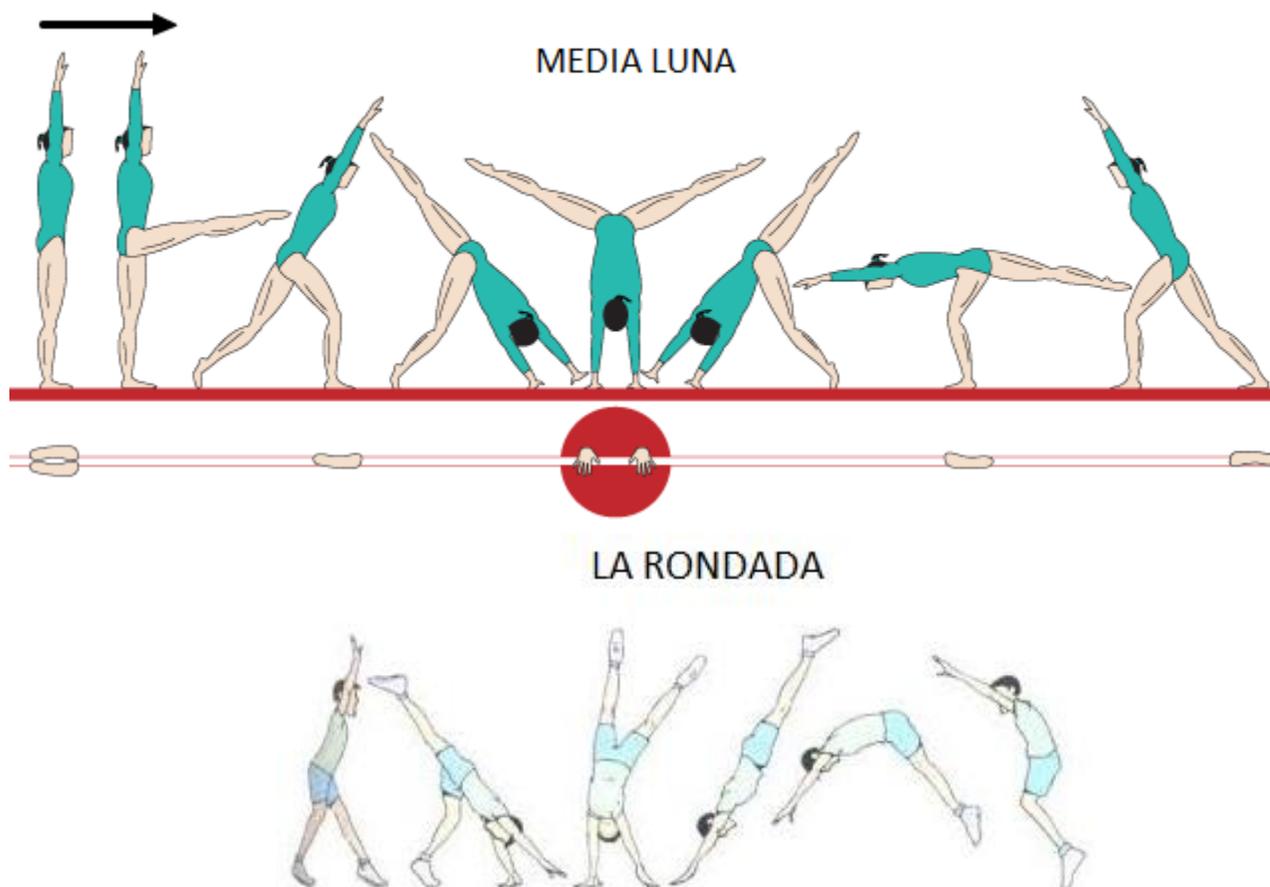
Se puede trabajar en espejo, cajón, formas asimétricas, etc.

La velocidad del trabajo puede tener variantes entre rápido y lento; en lo referente al uso del espacio debe haber variantes entre amplio y reducido, juntos o separados.

No realice ningún ejercicio sin previo calentamiento y la supervisión de un adulto.

ACTIVIDAD A DESARROLLAR

Teniendo en cuenta las medidas de protección y el calentamiento previo realice los ejercicios graficados y haga la respectiva toma fotográfica de su proceso.



CRITERIO(S) DE EVALUACIÓN:

1. Dibuje 5 ejercicios para lograr la fuerza de piernas.
2. En los juegos olímpicos de Tokio 2020 qué países ganaron medalla de oro en gimnasia por equipos en categoría masculino y femenino.
3. Mencione el país y los tres primeros puestos con el número de medallas obtenidas en los pasados juegos olímpicos.

TODAS LAS GUÍAS DEBEN CONTENER EN EL MOMENTO DEL ENVÍO LOS DATOS COMPLETOS DEL ESTUDIANTE (Número de guía, nombres y apellidos, curso).

DATOS DEL DOCENTE: Javier Arturo Chinome Jiménez

Dirección electrónica de envío de la guía de los estudiantes al docente:

javier.chinome@gimnasiograncolombiano.edu.co o al classroom correspondiente