



GUIA DE TRABAJO # 1 TERCER PERIODO

TEMA: SISTEMA DIGESTIVO

FICHA # 1

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION**

GRADO: SEPTIMO

JULIO/2021

DOCENTE: **HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA**

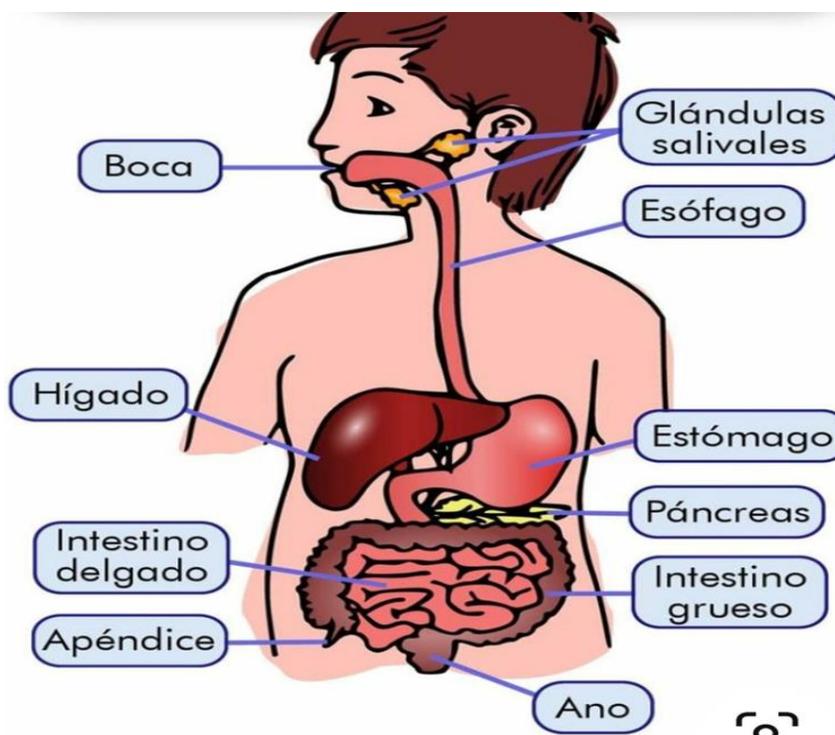
Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_

APRENDIZAJES: **reconocer la importancia del sistema digestivo en la transformación de los alimentos.**

**ACTIVIDADES PARA EL ESTUDIANTE**

A través de esta lamina o figura, que muestra el sistema digestivo, su orden y la distribución de cada una de las partes que lo conforman, el estudiante consultara información adicional para poder explicar el proceso mecánicos y químicos, por la cual pasan los alimentos una vez digeridos hasta ser evacuados del cuerpo.

**¿mediante un esquema explica el orden del recorrido y el tiempo que duran los alimentos en cada uno de las partes del sistema digestivo?**



**ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE**

El estudiante realizara el **esquema explicando el orden del recorrido y el tiempo que duran los alimentos en cada uno de las partes del sistema digestivo**. Una vez termine las actividades propuestas en esta ficha, enviara la evidencia al docente para el proceso de valoración, no olvides colocarle tu nombre a cada hoja de actividades que envíes.



GUIA DE TRABAJO # 1 TERCER PERIODO

TEMA: CONCIENCIA SEGMENTARIA

FICHA # 2

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION**

GRADO: SEPTIMO

**JULIO/2021**

DOCENTE: **HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA**

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_

APRENDIZAJES: Reconozco los movimientos que realizo con mis piernas y mis brazos cuando corro y salto.

**ACTIVIDADES PARA EL ESTUDIANTE**

Quando se realiza cualquier ejercicio, se juega o se practica un deporte no se mueven igual los brazos y las piernas, ni siquiera ambos brazos o ambas piernas realizan los mismos movimientos a la vez.

1. Observa cada de los dibujos e indica que movimiento hacen las piernas y los brazos en las acciones siguientes y después coloréalas.



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---



---

---

---

**2. ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE**

El estudiante una vez escriba los movimientos que se realizan en cada una de las imágenes, deberá enviarla al docente para su valoración, no olvide colocar su nombre en cada actividad.



GUIA DE TRABAJO # 1 TERCER PERIODO

TEMA: EJERCICIO FÍSICO

FICHA # 3

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION

GRADO: SEPTIMO

JULIO/2021

DOCENTE: HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_

APRENDIZAJES: dominar mi cuerpo en la realización de algunos movimientos en parejas.

**ACTIVIDAD PARA EL ESTUDIANTE**

El estudiante realizara los siguientes ejercicios donde estimulara los músculos de la espalda, abdominales y los músculos del cuádriceps.

	<p>En este ejercicio el estudiante realizara 10 repeticiones, haciendo sentadillas con la ayuda de un familiar o compañero. En la que deberá <b>grabar 1 video de donde se muestre la ejecución de estos movimientos.</b></p>
	<p>En este ejercicio los estudiantes trabajaran sentados dándose las espaldas donde se entrelazarán los brazos e intentaran levantarse del piso sin hacer uso de las manos. haciendo sentadillas (cuádriceps) realizando 10 <b>repeticiones y grabara un video donde muestren la ejecución de estos movimientos.</b></p>
	<p>En este ejercicio los estudiantes agarrados de sus manos elevaran las piernas juntándolas con las de su compañero y trataran de mantener el equilibrio durante 20 segundos sin caerse y <b>grabaran 1 video de donde se muestre la ejecución de estos movimientos.</b></p>

**2. ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE**

El estudiante presentara 3 videos, donde se evidencie la ejecución de cada uno de estos movimientos y una vez los termine debe enviarlos al docente para su valoración. Recuerde decir su nombre completo y su grado para tener referencia.