

## ACTIVIDADES EN CASA EDUCACIÓN FÍSICA 7° GUÍA 1 (2020)

### PROPOSITO:

Continuar con el proceso de construcción de conocimiento, frente a la práctica de actividad física diaria y las posibilidades de realizarla en espacios reducidos.

### OBJETIVO:

Realizar actividad física en espacios reducidos.

### Actividad.

De acuerdo con la actividad desarrollada en el plan de mejoramiento, sobre la importancia de realizar actividad física diaria, se debe realizar un trabajo escrito en el cuaderno o en hojas, desarrollando los siguientes puntos:

1. De acuerdo con la imagen indique y describa que actividades se deben hacer todos los días, cada semana y ocasionalmente.





## COLEGIO LA VICTORIA I. E. D.

NUEVA RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN No 04 – 0122 DE SEPTIEMBRE 16 DE 2011 GRADO CERO A 11  
NIT.: 830 042 189-4 DANE: 11100118361-8 Carrera. 3A este No 38-25 sur tel. 206 8504  
Email: [cedlavictoria4@redp.edu.co](mailto:cedlavictoria4@redp.edu.co)



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.  
Secretaría  
Educación

2. De acuerdo con la cantidad de actividad física que necesitamos a diario, investigue con miembros cercanos de su familia, cinco juegos y cinco actividades físicas con o sin elementos, que se puedan realizar en el espacio que tiene a su disposición en esta cuarentena (puede ser solo o con más miembros de su familia).
3. Los estudiantes deben realizar las actividades registradas en el punto anterior y evidenciarlas con un registro digital (fotos o videos), para ser incluidas en el trabajo.

Enviar esta actividad al correo [carlos.bocachica@cedlavictoria.edu.co](mailto:carlos.bocachica@cedlavictoria.edu.co) en los espacios y tiempos indicados en la página del colegio <https://cedlavictoria.edu.co/>.

**CARLOS EDUARDO BOCACHICA GONZÁLEZ**

LIC. EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE  
MAGISTER EN ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.

