



Guía pedagógica de Educación Física

Área: Educación Física VARONES.

Ciclo: básico.

Curso: 3° A y B.

Tema: "Sistema muscular"

Capacidades:

- Aprender a aprender
- Comunicación
- Trabajo con otros

Profesor: Vega Facundo.

Fecha de exposición: 4/11/2025 - 6/11/2025.

Grupos:

Grupo 1 Fecha: 04/11	<ul style="list-style-type: none">• GONZALEZ MATÍAS• LIMA MARCOS• FRAIFER KALED
Grupo 2 Fecha: 04/11	<ul style="list-style-type: none">• ALFONSO LUCIANO• WAIDAT YAMIL• TORRE MARTIN• CAMARGO SANTIAGO
Grupo 3 Fecha: 04/11	<ul style="list-style-type: none">• MALLER RENZO• GALLERANO FRANCESCO• QUIROZ OCTAVIO



	<ul style="list-style-type: none"> • PALACIO ISMAEL
<p>Grupo 4</p> <p>Fecha: 06/11</p>	<ul style="list-style-type: none"> • CASTRO LUCIANO • MONTAÑA MATEO • NAVAS FRANCISCO • PUTELLI JUAN CRUZ
<p>Grupo 5</p> <p>Fecha: 06/11</p>	<ul style="list-style-type: none"> • MONTIVERO TIZIANO • MERCADO BENJAMÍN • AGUILERA ALEJO
<p>Grupo 6</p> <p>Fecha: 06/11</p>	<ul style="list-style-type: none"> • RODRIGUEZ JEREMIAS • CARBALLO SANTIAGO • GUEVARA MARTÍN • FLORES TOMÁS
<p>Grupo 7</p> <p>Fecha: 04/11</p>	<ul style="list-style-type: none"> • BUSTELLO BENJAMÍN • GODOY JOAQUÍN • RIVERA BAUTISTA • CARDENAS JOAQUÍN
<p>Grupo 8</p> <p>Fecha: 06/11</p>	<ul style="list-style-type: none"> • VEGA ALEO • SILVEYRA SANTINO • TRIGOS MAXIMO



Consignas:

1. Preparar una exposición grupal sobre los **principales grupos musculares** del cuerpo humano, teniendo en cuenta sus nombres, detallando donde se ubican y cuál es su función en el cuerpo humano.
2. Investigar sobre ejercicios para elongar cada grupo muscular y mostrarlo o explicarlo en la exposición

Bibliografía sugerida:

Libro de Educación Física para el nivel medio (capítulo 4:

“El cuerpo desde el punto de vista anatómico y fisiológico en reposo y actividad durante el ejercicio”) “Inés A. Ruiz – Ada B. Herrera. Editorial Comunicarte.

LINK DEL LIBRO VIRTUAL:

https://drive.google.com/file/d/19nhZTWUh7BjR91iOMVUpdF8JVMdJ8zzyo/view?usp=share_link

Criterios de evaluación:



	Exposición Oral	
Grupal	Exponen de manera completa las diferentes definiciones y están relacionadas con el capítulo del libro. 1P	
	Colabora en el trabajo grupal. 1P	
	Distribuyen correctamente el tiempo de habla entre los integrantes. 1P	
	Utilización de recursos para exposición 1P	
Individual	Maneja los temas (no necesita leer para explicar el/las lesiones) 2P	
	La oralidad es fluida (sin muletillas, alargamientos, frases inconclusas, redundancia, etc.) 1P	
	Solidaridad y empatía frente a las exposiciones de los demás grupos. 1P	
	Expone de manera completa y adecuada los temas que le toca exponer. 2P	