



COLEGIO COOPERATIVO "SAN ANTONIO DE PRADO"

Resolución de funcionamiento No.09478 del 21 de Octubre de 2009, emanada de la Secretaría de Educación del Municipio de Medellín.

Ser mejores cada día

TALLER PLAN DE MEJORAMIENTO 10° EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

SEGUNDO PERIODO

Logro 1: Identifica los segmentos corporales del sistema muscular esquelético que intervienen en la ejecución de diversas tareas motrices.

Logro 2: Participa en espacios de creación y producción de coreografía institucional y actividades asociadas.

1. Ciencia que estudia la estructura, forma y relaciones de las diferentes partes del cuerpo de los seres vivos.
2. Explica los planos y ejes corporales que hacen parte del ser humano y los cuales permiten una correcta ejecución de la función motriz relacionada con cualquier actividad física.
3. ¿Cuál es la función principal del sistema osteomuscular?
4. Explica los tipos de articulación según su función (diartrosis, anfiartrosis y sinartrosis).
5. Explica cómo se organiza el sistema neuroanatómico para permitir que una persona pueda percibir un estímulo, procesar la información en el sistema nervioso y generar una respuesta motora adecuada. En tu explicación, relaciona la función del cerebro, cerebelo, médula espinal, nervios periféricos y sistema nervioso autónomo, indicando qué podría ocurrir si alguna de estas estructuras presenta una alteración.
6. Describe y grafique tres ejercicios en los que intervenga la fuerza.
7. Describe y grafique tres ejercicios donde intervenga la resistencia.
8. ¿Por qué se hace tan importante realizar ejercicios de estiramiento después de la práctica de actividad física?