

INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS  
ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA



**SEMANA DEL 22 A 26 DE  
FEBRERO**

**Esta semana trabajaremos con el siguiente  
video guía:**



**CLASE NO 2 .  
FEBRERO 22 A 26. ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**Para cumplir con la tarea de la semana elige una de las siguientes opciones:**

**Opción No. 1.**

- Primero: Observa y practica todos los ejercicios del video guía.
- Segundo: Asista al encuentro virtual y de manera simultánea con los demás compañeros, realiza los ejercicios mientras el profesor observa, valora y corrige.
- Tercero: Con la asistencia y participación activa en el encuentro virtual se justificará su valoración para esta semana.

**Opción No. 2.**

- Primero: Observa y practica todos los ejercicios del video guía.
- Segundo: Graba un video (uno por cada ejercicio) de 20 o 30 segundos.
- Tercero: Envía la información a tu docente, así se se justificará su valoración para esta semana.



**DOCENTE CARLOS JULIÁN RODRÍGUEZ CORREDOR**  
**3117892547**  
**CJEDUFISICA@GMAIL.COM**