

# BOLETÍN INFORMATIVO

## CENTRO REGIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA CREAD

Universidad de Pamplona, Modalidad a Distancia

Octubre 2023

Ejercicios de suelos, por el programa de Lic. Educación Física Recreación y Deportes CREAD Sucre, Córdoba



El pasado 14 de octubre se realizaron actividades deportivas, por parte de los estudiantes del primer semestre del programa Licenciatura Educación Física Recreación y Deportes CREAD Sucre, Córdoba sede Sincelejo, en las instalaciones de la Caja de Compensación Familiar de Sucre (Comfasucre) a través de la asignatura Gimnasia I, donde desarrollaron ejercicios de suelos.

El docente José Gregorio Anaya Morales, quien pertenece al programa de Licenciatura Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes del CREAD Sucre, Córdoba comentó “Específicamente se trabajó en los ejercicios de suelos, en los cuales se llevaron a cabo los procesos de enseñanza-aprendizaje, de los rollos hacia adelante y rollos hacia atrás, esto con el

objetivo de instruir a los futuros profesionales del área la realización técnica de dichos ejercicios, a su vez, los diferentes pasos metodológicos que pueden realizar para poder enseñar de la manera más adecuada a sus educandos”

Así mismo, la directora del CREAD Sucre - Córdoba, Neila Rosa Caraballo Julio, manifestó “Es este el primer grupo que se está abriendo dentro del nuevo programa de Licenciatura Educación Básica con Énfasis en Educación Física, Recreación y Deportes, por lo tanto, se ha visto que la comunidad le ha interesado este programa dentro del CREAD”



Recordemos que los ejercicios de suelo son fundamentales en la educación física, ya que establecen una base sólida para el desarrollo de habilidades motoras esenciales. A su vez, fortalecen el cuerpo y mejora la coordinación, la flexibilidad y la conciencia corporal. Tiene ventajas como: prevenir lesiones, mejorar la enseñanza y la corrección técnica, contribuye a la auto-disciplina y la persistencia.





# EDUCACIÓN A DISTANCIA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

## MANTENTE INFORMADO CON NOSOTROS



*Universidad de Pamplona-  
Modalidad a distancia*



*unipamplona\_distancia*



*<https://www.unipamplona.edu.co/distancia/>*

Formando **líderes** para la  
construcción de un nuevo  
**país en paz**

