

	GIMNASIO SABIO CALDAS (IED) Nuestra escuela: una opción para la vida GUÍAS DE APRENDIZAJE – PLAN ESCOLAR	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

DOCENTE	Mónica C. Agudelo – Nelson González	Grado	Sexto
ASIGNATURA	Educación Física		
Correo electrónico de contacto	nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co		
Periodo académico	Segundo Periodo		
Tiempo de ejecución de la actividad	26 de julio al 6 de agosto		
¿Qué competencia(s) debo alcanzar?	Argumentativa - Praxiológico		
Temáticas mediadoras	Pre-deportivos de atletismo		
Metas	Socio afectiva: Reconoce la importancia de tener una buena integración con su par en juegos pre deportivos.		
	Metas de aprendizaje: Realiza secuencias de ejercicios de forma técnica de atletismo		

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿QUÉ SE VA A EVALUAR?	¿CÓMO SE VA A EVALUAR?	¿CUÁNDO SE VA A EVALUAR?
Identifica la resistencia anaeróbica en actividades físicas secuenciales.	CAPACIDADES FÍSICAS Resistencia aeróbica	26 de julio al 6 de agosto

SEMANA 1 (26 al 30 de julio)

ACTIVIDAD INICIAL: Rutinas de pensamiento

¿Qué ejercicios o juegos se pueden articular con el atletismo en el colegio?

CONTEXTUALIZACIÓN:

El deporte en sentido general se nutre de los diferentes ejercicios de la Gimnasia Básica mediante la cual se contribuye a mejorar las capacidades condicionales y coordinativas en los educandos. Por su parte, el Atletismo refleja las actividades cotidianas que realiza el hombre y brinda a muchos deportes sus propios ejercicios específicos para el desarrollo de su patrón técnico.

Por todo lo antes expuesto, el profesor de Educación Física, desde el nivel de base, debe ser capaz de desarrollar, con un alto nivel científico, el contenido de esta asignatura en los diferentes grados y niveles de enseñanza en que se imparte el Atletismo. Para lograrlo, debe poseer un profundo dominio de los conocimientos que aportan distintas ciencias como la Biología, Psicología y la Didáctica de la Educación Física, los que le permiten dosificar adecuadamente, la realización sistemática de actividades física.

La utilización de estas ciencias es de vital importancia en cada una de las actividades que se realizan dentro de la clase, pues le permiten al docente tener en cuenta las características de los educandos en cada subgrupo, así como establecer la carga física adecuada para cada uno de ellos (trabajo diferenciado).

En la enseñanza de esta disciplina existen insuficiencias por parte de los docentes, a pesar de que muchos han realizado estudios de postgrado relacionados con este tema. Sin embargo, la enseñanza del Atletismo requiere de una adecuada preparación de los profesores de Educación Física para cuya impartición necesitan del dominio de los principios de otras ciencias, así como determinar la dosificación e intensidad de la ejecución de las actividades, durante la clase.

El Atletismo como asignatura posibilita, además, la preparación para la práctica de otros deportes, por contribuir al incremento de las capacidades físicas y la creación de una base para la adquisición de habilidades especiales en los estudiantes, pero siempre, teniendo en cuenta el cumplimiento de los requerimientos biológicos y psicológicos del educando y los principios metodológicos que aportan estas ciencias.

La responsabilidad del docente es impartir clases de Educación Física con un nivel científico elevado, lo que permitirá en el eslabón de base, una motivación por la masividad en la actividad física de los miembros de la sociedad, ya sea como función preventiva en el mantenimiento de la salud o para crear bases en la búsqueda de talentos para el deporte de alto rendimiento.

A través de los instrumentos de diagnóstico aplicados a profesores y metodólogos de la enseñanza primaria y de la media en la provincia de Las Tunas, se constató que había profesores de Educación Física, que carecían de la preparación suficiente para la utilización de los contenidos fundamentales de las Ciencias Aplicadas en la enseñanza del Atletismo.

Esto conlleva a definir como problema de la investigación las insuficiencias manifiestas en la aplicación de los contenidos de las Ciencias Aplicadas por parte de los profesores de Educación Física en la enseñanza del Atletismo en el nivel escolar.

El objeto de investigación es el proceso docente educativo de superación postgraduada para profesores de Educación Física que imparten Atletismo en el nivel escolar.

El campo de acción es el sistema de objetivos, contenidos y métodos del programa de superación profesional.

El objetivo es la elaboración de un programa de diplomado para profesores de Educación Física del nivel escolar y una metodología para la enseñanza y aprendizaje del Atletismo en el nivel escolar a partir de un diagnóstico realizado al educando, que se concreta en un modelo que tome en cuenta las regularidades del Atletismo y de la enseñanza aprendizaje de este deporte para la precisión de otras Ciencias Aplicadas.

ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO:

Material de clase: especificaciones del docente.

1. calentamiento general de articulaciones.
2. Trote suave fortaleciendo respiración.
3. Calentamiento de 5 ejercicios con 10 repeticiones.
4. Realización de ejercicios de resistencia aeróbica, con intervalos de un minuto a un ritmo adecuado y cómodo en cada estudiante.





SEMANA 1 (2 al 6 de julio)

ACTIVIDAD INICIAL:

-Desarrollar dos juegos en donde se involucren resistencia, velocidad, salto, lanzamiento y relevos, en la descripción de la actividad el estudiante, tendrá que explicar el objetivo del juego valor deportivo se da en esta actividad y hacer una gráfica de la dinámica de la actividad determinada un ejemplo es el juego rescata **la bandera** que se ejecutaba en el colegio de forma presencial, en donde tiene todos los aspectos que son solicitados en la guía.

ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO:

Evidencia fotográfica de actividades de clase.

REFERENCIAS: WEBGRAFÍA.

Semana 1:

<https://www.efdeportes.com/efd46/atl.htm>

Imágenes sacadas de

https://www.google.com/search?q=imagenes+realizando+flexibilidad&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwiQ772fw7XwAhWIRDABHTKmBD4Q_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&

https://www.google.com/search?q=imagenes+realizando+fuerza&tbm=isch&ved=2ahUKEwiH16Ghw7XwAhWbSzABHYbuCEEQ2-cCegQIABAA&oq=imagenes+realizando+fuerza&gs_lcp

<https://www.google.com/search?q=imagenes+realizando+velocidad&tbm=isch&ved=2ahUKEwiw4Y3GxLXwAhVfazABHShzA-EQ2-cCegQIABAA&oq=imagenes+realizando+velocidad&gs>

https://www.google.com/search?q=imagenes+realizando+saltos&tbm=isch&ved=2ahUKEwjo8NroxLXwAhUjazABHWEHC0kQ2-cCegQIABAA&oq=imagenes+realizando+saltos&gs_lcp=C

Semana 2: