

	<b>GIMNASIO SABIO CALDAS (IED)</b> <b>Nuestra escuela: una opción para la vida</b> <b>PLAN ESCOLAR NO PRESENCIAL</b>	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

<b>DOCENTE</b>	Educación Física: Mónica Agudelo, Nelson González, Andrey Garzón		<b>GRADO</b>	QUINTO
<b>ASIGNATURA</b>	Educación Física			
<b>Correo electrónico Contacto</b>	<a href="mailto:nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co">nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co</a> <a href="mailto:monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co">monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co</a> <a href="mailto:andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co">andrey.garzon@sabiocaldas.edu.co</a>			
<b>Fecha de envío</b>	5 de abril del 2021	<b>Fecha de entrega</b>	9 de abril del 2021	
<b>Tiempo de ejecución de la actividad</b>	2 horas			
<b>TEMA</b>	<b>Actividades físicas recreativas</b> <b>Salida pedagógica "Paramo las moyas"</b>			
<b>Contextualización</b>				
<p>La asignatura de Educación física en el proceso de formación académica pretende siempre mantener como todos los años las caminatas pedagógicas en beneficio de la salud y reconocimiento ambiental de nuestros parques, en esta semana el recorrido virtual se realiza en el páramo las Moyas, donde se espera que los estudiantes exploren un espacio distinto para valorar y admira.</p> <p>Este sendero tiene una extensión aproximada de 3 km iniciando desde la portada de la reserva umbral cultural horizontes hasta el Páramo las Moyas. En el recorrido se pueden observar bosques de eucaliptos y acacias, así como vegetación nativa resultado de los programas de restauración que se han llevado a cabo. En el trayecto se pueden observar ecosistemas de bosque alto andino y páramo. En la cumbre de la montaña, encima de la antena, se obtiene una vista completa de la ciudad. El acceso al sendero se realiza por la Reserva Umbral Cultural Horizontes, una reserva privada de uso público que requiere permiso para acceder.</p> <p>En esta reserva natural junto al IDRDR se presentan actividades deportivas con beneficios para la salud y bienestar de la comunidad, como ejemplo tenemos senderismo, caminatas y el manejo de espacios donde se pretende poner en práctica la actividad física y el buen uso del ecosistema en un mismo lugar.</p>				
<b>Descripción de la actividad sugerida</b>				
<ol style="list-style-type: none"> <li>Se socializará la presentación del páramo las moyas en la clase virtual, y se ubicará en classroom para ser vista por los estudiantes. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=mIDVpI5ca4c">https://www.youtube.com/watch?v=mIDVpI5ca4c</a></li> <li>Realiza un dibujo alusivo a los muiscas, teniendo en cuenta la importancia que ellos tienen en el páramo.</li> </ol>				

3. Actividad física y recreativa involucrando un adecuado proceso respiratorio "asesoría virtual".
4. Que aporte podemos dar nosotros para conservar nuestro medio ambiente, hacer un párrafo que describa este tema.

**Webgrafía/material fotocopiado (Anexo)**

<https://cerrosdebogota.org/index.php/senderos/>  
<https://www.youtube.com/watch?v=mIDVpI5ca4c>

**Criterios de Evaluación**

-El estudiante analiza la importancia en el cuidado de uno de los páramos de Bogotá y su ecosistema  
-Presentación de la guía como corresponde y con un contenido adecuado.