

	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 - Edwin Varón	Grado	Primero
ASIGNATURA	Educación Física		
Correo electrónico de contacto	nelson.gonzalez@sabiocaldas.edu.co monica.agudelo@sabiocaldas.edu.co edwin.varon@sabiocaldas.edu.co		
Periodo académico	Tercer Periodo		
Tiempo de ejecución de la actividad	8 días (4 al 8 de Octubre)		
¿Qué competencia(s) debo alcanzar?	Interpretativa – Praxeológico		
Temáticas mediadoras	Refuerzo académico		
Metas	Socioafectiva: Reconozco los juegos recreativos respetando a sus compañeros.		
	Metas de aprendizaje: Realiza secuencias de ejercicios coordinación y		

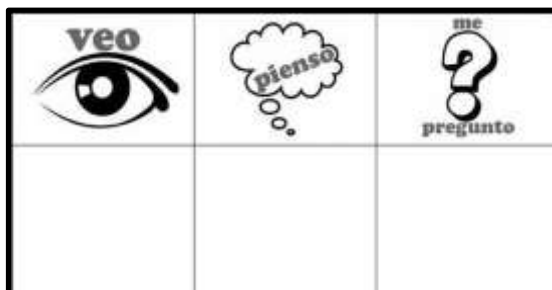
CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿QUÉ SE VA A EVALUAR?	¿CÓMO SE VA A EVALUAR?	¿CUÁNDO SE VA A EVALUAR?
Realiza actividades deportivas fortaleciendo sus capacidades físicas.	Cualidades físicas Habilidades y destrezas motrices, coordinación general.	4 de 8 de octubre

SEMANA 1 (4 al 8 de octubre)

ACTIVIDAD INICIAL: Rutinas de pensamiento

VEO, PIENSO Y ME PREGUNTO



CONTEXTUALIZACIÓN:

Mediante esta guía se trabajara el objetivo principal de la asignatura en una mejor calidad de vida a través del ejercicio y la recreación como principio del desarrollo físico y la conducta motriz y axiológica de cada ser humano, es por esto que esta semana nuestra meta estará basada en repasar cada uno de los ejes temáticos que hemos trabajado a lo largo del año no con el propósito de una valoración, sino crear conciencia que el deporte y la actitud positiva es el balance que necesita la humanidad para subsanar tantas enfermedades que en algunas oportunidades se dejan avanzar teniendo el remedio a nuestro alcance.

Nuestro cuerpo humano tiene la necesidad y el propósito de ejercitarse mediante la actividad física ya sea individual o grupal y a la vez poder socializar vínculos de trabajo en equipo que nos ayuden a fortalecer nuestra formación integral como estudiantes del gimnasio sabio caldas.

ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO:

Material de clase:

1. calentamiento general de articulaciones.
2. Trote suave fortaleciendo respiración.
3. Calentamiento con 5 ejercicios de 10 repeticiones
4. Observar el siguiente video y realizar secuencia.

<https://www.youtube.com/watch?v=6Yu1GoVWZtU>

ACTIVIDAD DE AFIANZAMIENTO:

Evidencia fotográfica de actividades de clase.

REFERENCIAS: WEBGRAFÍA.

Semana 1:

1. <https://www.youtube.com/watch?v=6Yu1GoVWZtU>

Semana 2: