



I.E.D. ESCUELA NORMAL SÚPERIOR

SEGUNDO PERIODO ACADÉMICO 2021
GUÍA PEDAGÓGICA

| | | | |
|--|-----------------------|--|---|
| ASIGNATURA/AS: EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES | | | |
| DOCENTE: JOSÉ LEONARDO MONROY GARCÍA | GRADO: SÉPTIMO | FECHA INICIO: 12-04-2020 | FECHAS DE ENTREGA DE TRABAJOS: Se entregarán trabajos durante el período, según las fechas asignadas en el desarrollo de la guía. |
| ESTANDAR BÁSICO DE COMPETENCIA Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar la ejecución en los ejercicios que desarrollan la Resistencia según mi edad cronológica y condición física, aplicando los fundamentos teóricos. | | NUCLEO PROBLEMÁTICO: ¿Cómo desarrollar la Resistencia física? | |
| HABILIDADES ESPECÍFICAS QUE VA A DESARROLLAR EL ESTUDIANTE: <ul style="list-style-type: none"> • Comprende qué es la Resistencia física y sustenta utilizando recursos de las TIC (vídeo, diapositivas etc.) • Identifica métodos para el desarrollo de la Resistencia Física y los aplica en su cotidianidad • Realiza ejercicios que potencian el desarrollo de Resistencia Física, y entrega al WhatsApp 3105890441 evidencia en video. | | INTEGRALIDAD, ACORDE AL MODELO PEDAGÓGICO INTEGRADOR CON ENFOQUE SOCIO CRÍTICO Proyecto del tiempo libre, proyecto de comunicación (lectura comprensiva) | |
| RECURSOS: digitales, anexos, WhatsApp, meet. | | | |
| RUTA METODOLÓGICA | | | |
| <p>1. DIÁLOGO DE SABERES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • TRABAJO SINCRÓNICO (del 12 al 16 de Abril) <p>Entrega de la guía por parte del docente a estudiantes, se dará la explicación pertinente en el grupo del curso por WhatsApp,</p> | | | |
| <p>2. ESTRUCTURACIÓN DEL CONOCIMIENTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • TRABAJO SINCRÓNICO (del 19 al 23 de Abril) <p>Explicación de la Resistencia aeróbica y Resistencia anaeróbica, observar video de la aplicación de estos conceptos.</p> | | | |
| <p>3. CONTEXTUALIZACIÓN Y APLICACIÓN DE SABERES:</p> <ul style="list-style-type: none"> • TRABAJO SINCRÓNICO- ASINCRÓNICO (del 26 al 30 de Abril) | | | |

Elaborar un video de 30 segundos, sustentando lo que aprendió del tema (RESISTENCIA EN EDUCACIÓN FÍSICA), enviarlo al WhatsApp 3105890441, se hará retroalimentación en el grupo de WhatsApp.

- **TRABAJO SINCRÓNICO** (del 3 al 7 de mayo)

Explicación en el grupo de WhatsApp acerca del proceso para realizar skiping hacia adelante y hacia atrás.

- **TRABAJO ASINCRÓNICO** (del 10 al 21 de mayo)

Practicar el gesto técnico y proceso para el skiping hacia adelante y hacia atrás

Elaborar un video de 15 segundos ejecutando el skiping hacia adelante y hacia atrás

- **TRABAJO SINCRÓNICO** (del 24 al 28 de mayo)

Explicación en el grupo de WhatsApp, acerca del proceso para realizar el salto con soga en dos pies hacia adelante.

- **TRABAJO ASINCRÓNICO** (del 31 de mayo al 11 de junio)

Practicar el gesto técnico y proceso para realizar el salto con soga en dos pies hacia adelante.

Elaborar un video ejecutando 50 saltos seguidos con soga en dos pies hacia adelante y enviar al WhatsApp 3105890441

NIVELES DE DESEMPEÑO

BAJO: El (la) estudiante no realiza las actividades del área propuestas o no realiza las correcciones que se indican en la retroalimentación.

BÁSICO: El (la) estudiante realiza todas las actividades propuestas, pero necesita refuerzo en casa

ALTO: El (la) estudiante realiza bien todas las actividades propuestas y su desarrollo psicomotriz es acorde con su edad.

SUPERIOR: El (la) estudiante realiza de forma virtuosa las actividades propuestas y se nota un excelente nivel en el desarrollo psicomotriz

AJUSTES RAZONABLES PARA ESTUDIANTES ATENDIDOS POR INCLUSIÓN:

Se cambiarán los ejercicios a estudiantes que presenten excusa médica.

MODALIDAD DE PRESENTACIÓN Y ENTREGA DE TRABAJOS:

- WhatsApp 3105890441

HETEROEVALUACIÓN: 60% se tendrá en cuenta: cumplimiento en la entrega, calidad del trabajo, aplicación de lo aprendido, asertividad en las respuestas de las evaluaciones, nivel en el desarrollo de la capacidad.

AUTOEVALUACIÓN: 20% Se tendrá en cuenta: cumplimiento en la entrega, calidad del trabajo, aplicación de lo aprendido, asertividad en las respuestas de las evaluaciones, nivel en el desarrollo de la capacidad.

COEVALUACIÓN: 20% Se tendrá en cuenta el SIE vigente

**Vo.Bo DEL COORDINADOR ACADÉMICO Y
OBSERVACIONES:**

Lyda Yagmin Román F.
Coordinadora
Escuela Normal Superior Ubaté