



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.		NÚCLEO 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 Roldán F.
Coordinadora
Escuela Normal Superior Ubaté