

PARA UNA EDUCACION EN EMERGENCIA

La **Institución Educativa Nuestra Señora de la Candelaria**, La Secretaría de Educación Departamental, en el marco de la emergencia que vive el mundo y que afronta la nación con la pandemia del COVID-19, el AREA DE EDUCACION FISICA DEPORTE Y RECREACION, plantea una propuesta para guiar el teletrabajo desde la casa desde un nuevo enfoque que hace énfasis en la participación de los alumnos para el desarrollo de las competencias básicas para la vida y el trabajo. Este enfoque incorpora como apoyo las Tecnologías de la Información y Comunicación (tic), materiales y equipamientos audiovisuales e informáticos que, junto con las bibliotecas de aula y escolares, enriquecen el conocimiento.

Este taller incluye estrategias innovadoras para el trabajo escolar desarrollado desde la casa y con la ayuda de padres de familia y familiares, demandando competencias docentes orientadas al aprovechamiento de distintas fuentes de información, el uso intensivo de la tecnología, la comprensión de las herramientas y de los lenguajes que niños y jóvenes utilizan en la sociedad del conocimiento. Al mismo tiempo, se busca que los estudiantes adquieran habilidades para aprender de manera autónoma, y que los padres de familia valoren y acompañen el cambio hacia del proceso de enseñanza y aprendizaje en la escuela del futuro.

Su elaboración es el resultado de una serie de acciones de colaboración, como la Alianza por la Calidad de la Educación, así como con múltiples actores entre los que destacan asociaciones de padres de familia, consejo académico" evaluadores" maestros, DIRECTIVOS., la IE Nuestra Señora dela Candelaria les extiende un sentido agradecimiento por el compromiso que demuestre cada niño residente en el municipio Bagadó

POR: ***HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA***



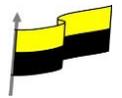
ESTRUCTURACIÓN DE LA CLASE

Área	EDUCACION FISICA DEPORTE Y RECREACION
Grado	SEPTIMO
Estándar	<ul style="list-style-type: none">➤ Reconoce la importancia de las cualidades físicas y las aplica en las tareas de movimiento.➤ Desarrolla las actividades motrices realizadas en la clase con responsabilidad, solidaridad y autonomía.
Competencia	<ul style="list-style-type: none">➤ Mejorar la destreza para la ejecución de movimientos gimnásticos, deportivos y de aplicación a la vida diaria.➤ Coordina de forma articulada, secuencial y graduada, el desarrollo de la resistencia aplicada a la salud, al medio de vida y a las actividades deportivas.
Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none">➤ cualidades o capacidades físicas➤ cualidades coordinativas➤ desarrollo de TEST
Evidencias de Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none">➤ Respetando su propio ritmo, ejecutara actividades con aumento progresivo del tiempo, numero de repeticiones y de la distancia.➤ Realiza actividades buscando progresivamente su ejecución en el menor tiempo.➤ Realiza de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de las funciones orgánicas y corporales.➤ Valora la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal.➤ Participa con agrado en las actividades desarrolladas en clase y se integra con facilidad a cualquier grupo

DOCENTE: HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA

Cel: 3103903965

haframema@hotmail.com



GUIA # 2 DE TRABAJO TERCER PERIODO

TEMA: CUALIDADES FÍSICAS COORDINACION

FICHA #1

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION**

GRADO: SEPTIMO

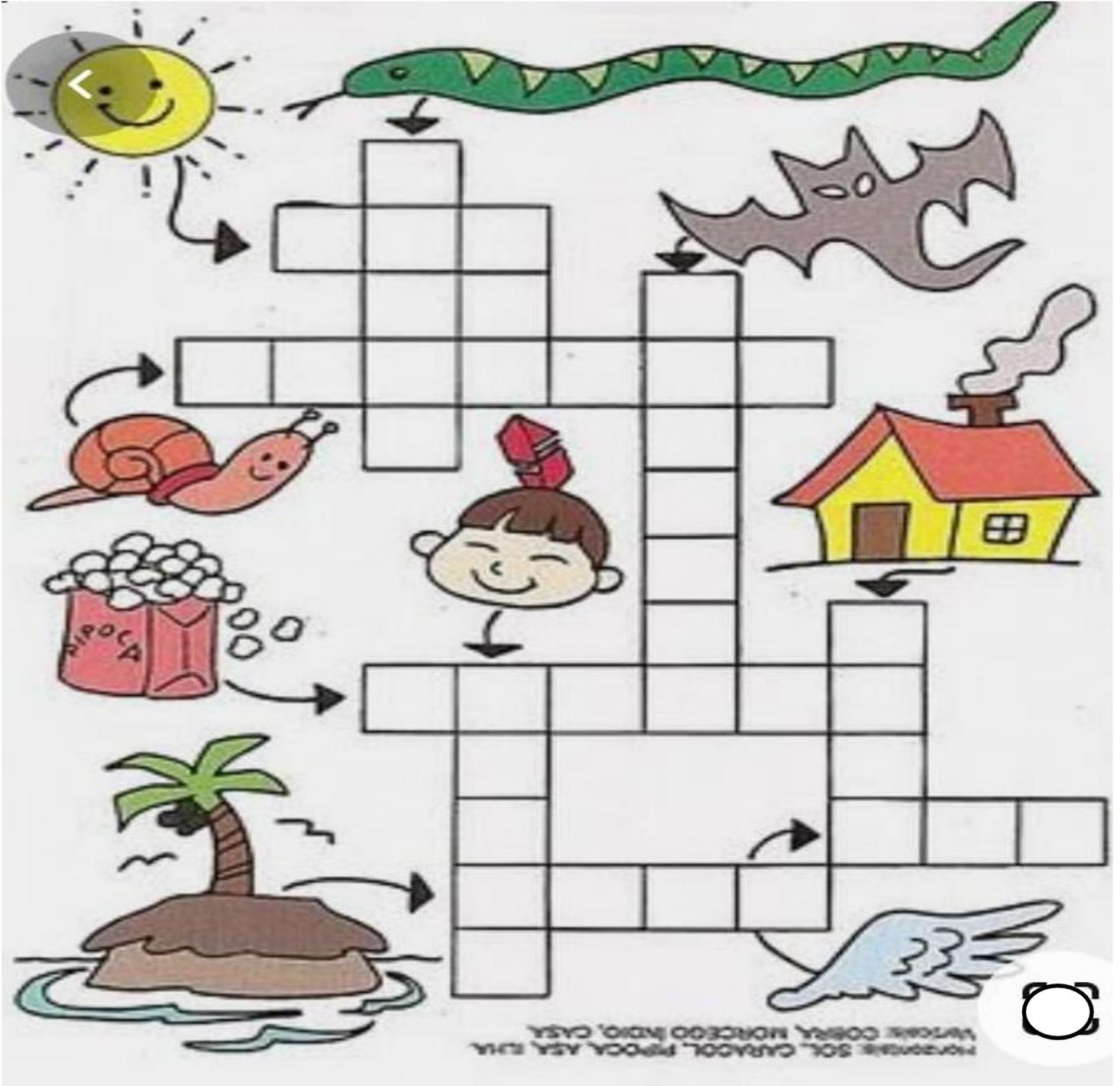
AGOSTO/2020

DOCENTE: **HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA**

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____

APRENDIZAJES: ESTIMULACION DE LA UBICACION TEMPORO ESPACIAL

1. ubícate espacialmente y trata de colocar el nombre correcto en las casillas verticales y horizontales, según te muestra o te indiqué la figura.



NO OLVIDES COLOCAR TU NOMBRE EN CADA HOJA, EN LA PARTE SUPERIOR DONDE TE INDICAN.



GUIA # 2 DE TRABAJO TERCER PERIODO

TEMA: CUALIDADES FÍSICAS COORDINACION

FICHA #2

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION**

GRADO: SEPTIMO

AGOSTO/2020

DOCENTE: **HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA**

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____

APRENDIZAJES: ESTIMULACION DE LA UBICACION TEMPORO ESPACIAL

1. vamos a jugar twister en familia, el primer participante se ubicará en el inicio, y a la señal auditiva de 1,2 y 3, saltara a los tres primeros cuadros e intentara seguir las marcas que indican las huellas en cada cuadro lo más rápido posible.



ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE

2. En esta actividad debe participar el estudiante y 1 o 2 miembros de la familia, y a través dos videos, que enviaras al docente se evidenciara que se realizó la tarea asignada.

Nota: en el video debes presentarte, y presentar tu familiar que participara contigo.



GUIA # 2 DE TRABAJO TERCER PERIODO

TEMA: EJERCICIO FISICO (RETO CANDELARIA FITNESS)

FICHA # 3

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION

GRADO: SEPTIMO

AGOSTO /2020

DOCENTE: HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA

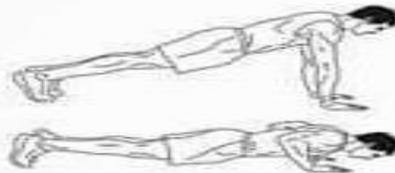
Nombre del estudiante: _____

APRENDIZAJES: DOSIFICACION DEL EJERCICIO FISICO EN CIRCUITO

CANDELARIA FITNESS 18 MINUTOS DE EJERCICIO

1. Aquí el estudiante debe realizar los ejercicios indicados por cada circuito, descansando entre ejercicio 1:00 minuto y entre un circuito a otro descansa 2:00 minutos.
2. **ACTIVIDAD EVALUATIVA PROPUESTA PARA EL ESTUDIANTES.**
Aquí el estudiante debe realizar por cada circuito un video de forma continua pausando el video por cada ejercicio del circuito, así una vez termine enviara los 3 cuatro videos de cada uno de los circuitos al docente.

CIRCUITO 1



30 SENTADILLAS

20 FLEXIÓN DE BRAZOS

30 ZANCADAS

CIRCUITO 2



30' SEGUNDOS BRAZO ESTIRADO

35' ANTEBRAZO APOYADO
Y OTRO BRAZO ESTIRANDO
APOYO PALMAR

35' APOYO SOLO CON
ANTEBRAZOS

CIRCUITO 3



25 ABDOMINALES

40 MOVIMIENTO DE TIJERAS

40 ESCALADAS CONTINUAS

3. Este reto premiara los mejores dos videos con prendas deportivas anímate con tus actividades.



GUIA # 2 DE TRABAJO TERCER PERIODO

TEMA: **COMPRESION DE TEXTOS**

FICHA #4

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION**

GRADO: SEPTIMO

AGOSTO /2020

DOCENTE: **HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA**

Nombre del estudiante: _____

APRENDIZAJES: INTERPRETACION DE INFORMACION IMPLICITA EN EL TEXTO

1.

Lee

con mucha atención la descripción que hacen en el texto "LA CASITA" para que puedas responder a las preguntas que te plantean.

En lo alto de la montaña hay una casita blanca de tejas rojas; tiene al frente un camino de piedras y una palmera verde. Si llegamos al jardín, por las ventanas podremos ver: una sala, un comedor, una cocina y un dormitorio con tres camitas. Todo está muy limpiecito, muy bien acomodado.



¿Quién vivirá allí? ¿Unos enanitos?
¿O unos gatitos? ¿Quién será?
¿Será un niño con su papá y su mamá?
Piensa, pequeño, y lo que tú pienses será.



2. ACTIVIDAD EVALUATIVA PROPUESTA PARA EL ESTUDIANTE

Rellena el óvalo que contenga la respuesta correcta.

1.- La casita que está en la montaña es:

Verde

Blanca

Azul

2.- Las tejas de la casa son:

Verde

Blanca

Roja

3.- El camino de piedras está:

Atrás

Al frente

A un lado

4.- En el dormitorio hay:

3 camitas

Dos camitas

Ninguna

5.- En la casita todo está:

Muy sucio

Muy desordenado

Muy limpio

6.- ¿Quién crees que vive en la casita? _____

NO OLVIDES COLOCAR TU NOMBRE EN CADA HOJA EN LA PARTE SUPERIOR DONDE TE INDICAN.