



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
CONEJO MUNICIPAL DE ITAGÜÍ**
"Propiciando la formación integral del ser"



ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA



GRADO: 8º
GUÍA No: 03 – EL JUEGO Y LA ACTIVIDAD FÍSICA.
DURACIÓN: 10 semanas
ANALISTA: Byron Muñoz – Diego Medina

MATRIZ DE REFERENCIA





Estándares	Competencias	Aprendizaje	Evidencia
Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.	MOTRIZ, EXPRESIVO CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL.	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación. Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Comprende las características del juego y las pone en práctica para su realización. Comprendo que el juego hace parte esencial de la actividad física general para el mejoramiento de las capacidades propias


TABLA DE CONTENIDOS

	pág.
Matriz de referencia	1
Niveles de lectura	2
Punto de partida	2,3
Consulta y recolección de información	3, 4
Desarrollo de la habilidad	5,6
Relación	6, 9
Recursos	10

NIVELES DE LECTURA

NIVELES	DESCRIPCIÓN	CONVENCIÓN
LITERAL	El lector identifica de manera clara los elementos que componen el texto. Conlleva una lectura cuidadosa para entender todas las informaciones presentadas y su intención y significado. Es el reconocimiento de todo aquello que está explícito en el texto. Determina el marco referencial de la lectura.	(°)
INFERENCIAL	Es establecer relaciones entre partes del texto para deducir información, conclusiones o aspectos que no están escritos (implícitos). Este nivel es de especial importancia para realizar un ejercicio de pensamiento.	(*)
CRÍTICO	Implica un ejercicio de valoración y de formación de juicios propios frente a conocimientos previos. Es la elaboración de argumentos para sustentar opiniones. Es el nivel intertextual (conversación con otros textos).	(+)

	PUNTO DE PARTIDA	<table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td colspan="2" style="text-align: center;">Fecha de Entrega</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">Día</td> <td style="text-align: center;">Mes</td> <td style="text-align: center;">Año</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		Fecha de Entrega		Día	Mes	Año			
	Fecha de Entrega										
Día	Mes	Año									

 Habilidades a desarrollar
Indagar: Conocimientos previos acerca del juego y su relación con la actividad física.
comprender: los conceptos basicos del juego y la actividad física.
Aplicar: El juego y la actividad física como aspecto de mejoramiento de la condición personal.
Analizar: El desempeño de mi cuerpo en la actividad física y la actividad jugada.

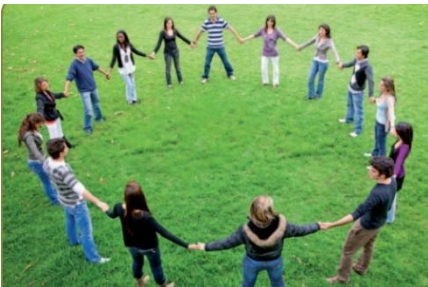
Actividad. Preguntas orientadoras o problematizadoras: responde en tú cuaderno.

1. ¿Qué entiendes por juego?
2. ¿Cómo puedes definir la actividad física?
3. ¿Qué relación encuentras entre juego y actividad física?
4. ¿crees que el entrenamiento físico general se puede hacer mediante los juegos recreativos?
5. ¿Qué entiendes por el tiempo de ocio productivo?





PUNTO DE LLEGADA




Actividad. 1. La imagen muestra unos jóvenes jugando. Escribe una lista de juegos que conozcas, que hayas practicado u observado en algún momento y que consideres sean divertidos y a su vez permitan realizar actividad física.

Al terminar la guía el estudiante estará en capacidad de:
Comprender las características del juego y su relación con la actividad física; ponerlas en práctica para la realización de actividades que permitan el fortalecimiento de las capacidades físicas propias.



CONSULTA Y RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

		Fecha de Entrega	
Día	Mes	Año	



Habilidades a desarrollar

Distinguir las características principales del juego y la actividad física.


Identificar como aporta el juego a la actividad física.





Reconocer los beneficios del juego y su ejecución en el ámbito general corporal.

Conocer la tipología de juegos existentes.

Actividad. Consulta en un libro o pagina web los siguientes elementos del tema. Puedes ayudarte de los recursos expuestos en esta guía. Recuerda responder en tu cuaderno:

1. ¿Qué es juego, recreación, lúdica actividad física? Escribe estas definiciones por medio de un cuadro comparativo.
2. ¿Cuáles son los beneficios del juego en la práctica de actividad física? realízalo por medio de una minicartelera)
3. Por medio de un mapa conceptual explica ¿Qué tipos de juegos existen?
4. ¿Cuáles son las partes fundamentales de un juego dirigido? Explícalo por medio de un gráfico (mapa mental, dibujo, esquema, organigrama)

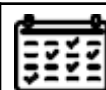
 LISTA DE VERIFICACIÓN	SI/BIEN/ MAL/	NO/Porque/
¿Realizaste las actividades?		
¿Cómo te sentiste con la consulta y los recursos facilitados para el cumplimiento de esta etapa?		
¿Qué concepto te generó más dudas o dificultad se asimilar? Anota en el siguiente cuadro la letra que según corresponda al termino que te genero mas dificultad. A. Juego B. Actividad fisica C. Recreación D. Lúdica E. Clasificación de los juegos F. Beneficios de los juegos		

¿Cómo te sientes hasta el momento?			
			
Bien	Excelente	Regular	Mal

Argumenta tu respuesta: _____



DESARROLLO DE LA HABILIDAD



Fecha de
Entrega

Día	Mes	Año

Habilidades a desarrollar

Aplicar: los conceptos de manera clara en los trabajos prácticos.

Procesar la información y asimilar conceptos para ponerlos en practica.

Reconocer los beneficios del juego y su ejecución en el ámbito general corporal.

Actividad. Tener en cuenta las sesiones de clase.

Clase #1: Explicación de la guía. Desarrollo del punto de partida. Actividad dirigida
Juegos de integración

Clase #2: Desarrollo de la etapa de investigación. Actividad dirigida: Juegos con y
sin elementos.

<https://www.youtube.com/watch?v=Wn0stf7M2Og>

<https://www.youtube.com/watch?v=wbXGyQ9Z3G8>

<https://www.youtube.com/watch?v=uuF5KqliPbQ>

Clase #3: Continuación y finalización de la etapa de investigación. Actividad
dirigida: Juegos con y sin elementos.

<https://www.youtube.com/watch?v= RP5e9xTbQY>

<https://www.youtube.com/watch?v=RIBQ5XDf-hw>

Clase #4 Organización de equipos de trabajo para realizar taller de clasificación
de juegos (juegos: predeportivos, recreativos/tradicionales, de piso y pared)
Pautas del trabajo – Actividad dirigida a manera de demostración.

Clase #5: Presentación de los juegos en clase por parte de los estudiantes clase uno.


Clase #6: presentación de los juegos en clase por parte de los estudiantes. Clase dos





Clase #7 presentación de los juegos en clase por parte de los estudiantes. Clase tres

Clase #8: presentación de los juegos en clase por parte de los estudiantes. Clase cuatro

Clase #9 juegos libres y predeportivos con pelotas.

Clase #10: evaluación grupal de la unidad de clase el juego. Autoevaluación. Juego de interés.

 LISTA DE VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES	SI	NO
Realización de Exposición sobre juegos.		
Participación activa en clase.		
Presentación teórica del cuaderno.		
Realización de bitácora		
Participación activa en Deportes interés y/o Formativo.		

¿Cómo te sientes hasta el momento?			
 Bien	 Excelente	 Regular	 Mal

Argumenta tu respuesta: _____

	RELACIÓN					
		<table border="1"> <tr> <td data-bbox="1149 1728 1295 1839">  </td> <td colspan="2" data-bbox="1295 1728 1515 1839"> Fecha de Entrega </td> </tr> <tr> <td data-bbox="1149 1839 1295 1892">Día</td> <td data-bbox="1295 1839 1414 1892">Mes</td> <td data-bbox="1414 1839 1515 1892">Año</td> </tr> </table>		Fecha de Entrega		Día
	Fecha de Entrega					
Día	Mes	Año				

--	--	--

Habilidades a desarrollar

Cuestionar: ¿Para qué me sirve el juego y la actividad física?

Proponer: ¿Cómo puedo incluir el juego y la actividad física y mi rutina diaria?

Transferir: ¿Cómo puedo mejorar mi rendimiento en clase?


Usar: ¿Cómo enriquecer las relaciones grupales durante la práctica de las sesiones de clase?

Contextualizar: ¿Cómo podría aplicar la disciplina a otras ramas que no sea la de la actividad física? Por ejemplo, la académica.





Evaluar: ¿Cómo evalúo mi rendimiento en el área a lo largo de todo el primer periodo?

APLICAR LA ESCALERA DE LA METACOGNICION





	LISTA DE VERIFICACIÓN	SI	NO
	¿Cómo relaciono el juego y la actividad física con la vida diaria?		
	¿Qué fue lo mas importante que aprendí durante el periodo?		
	¿Para qué me sirve implementar el juego en mi vida diaria?		
	¿Qué es lo mas significativo que podría aplicar en mi vida con relacion a la guía?		




¿Cómo te sientes hasta el momento?			
 Bien	 Excelente	 Regular	 Mal

Argumenta tu respuesta: _____

	AUTOEVALUACIÓN	10%
1	El tiempo que he dedicado a la realización de las actividades de aprendizaje es:	
2	El esfuerzo que he colocado en la realización de las actividades es:	
3	Lo que he aprendido de las áreas es:	
4	La asistencia a los encuentros de aprendizaje ha sido:	
5	Un horario personal (diario, semanal)	
6	Elaboración de meta personal	
7	Evaluación de la meta personal (qué aprendí, qué me falta, planteo dudas o inquietudes al analista)	
8	Elaboro compromisos de mejora y los cumplo	

	COEVALUACIÓN	%
1	EVALUACIÓN DEL ESTUDIANTE POR LA FAMILIA Cree que el tiempo que ha dedicado su hijo(a) a la realización de las actividades es:	

2	EVALUACIÓN DEL ESTUDIANTE POR LA FAMILIA El esfuerzo que ha colocado su hijo en la realización de las actividades es:	
3	EVALUACIÓN DEL ESTUDIANTE POR LA FAMILIA La asistencia a los encuentros presenciales ha sido:	
4	EVALUACIÓN DEL ESTUDIANTE POR LA FAMILIA Cuando está en las clases permanece todo el tiempo activo en clase.	
5	AUTOEVALUACIÓN DE LA FAMILIA EN EL ACOMPAÑAMIENTO DEL ESTUDIANTE El apoyo a sus hijos en las actividades escolares es:	
6	AUTOEVALUACIÓN DE LA FAMILIA EN EL ACOMPAÑAMIENTO DEL ESTUDIANTE Creo que el tiempo que acompaño a mis hijos es:	
7	AUTOEVALUACIÓN DE LA FAMILIA EN EL ACOMPAÑAMIENTO DEL ESTUDIANTE Como considero el aprendizaje adquirido por mis hijos en la situación actual	
8	AUTOEVALUACIÓN DE LA FAMILIA EN EL ACOMPAÑAMIENTO DEL ESTUDIANTE Le brindo los recursos (según condiciones particulares) para el trabajo académico de mi hijo en casa	
9	AUTOEVALUACIÓN DE LA FAMILIA EN EL ACOMPAÑAMIENTO DEL ESTUDIANTE Tiene unas rutinas de actividades establecidas en casa (comidas, estudio, ver T.V, labores de la casa, etc)	

	 SOCIOEMOCIONAL	%
1	Autoconciencia Autopercepción: Entender cómo otras personas pueden influir en las decisiones que tomo. Autoeficacia Enfrentar los desafíos académicos sabiendo que me haré más inteligente al superarlos. Reconocimiento de emociones Prestar atención a cómo mi mente y cuerpo reaccionan ante una emoción.	
2	Autorregulación Manejo de Emociones: Manejar mis emociones usando mi voz interior. Postergación de la gratificación: Renunciar a gratificaciones inmediatas para lograr metas mayores después. Tolerancia a la frustración: Parar la cadena emocional negativa que se desata con la frustración.	
3	Conciencia social Toma de Perspectiva: Considerar las expectativas, información y sentimientos de los demás antes de juzgar una situación. Empatía: Sentir lo que otras personas sienten cuando están pasando por algo difícil Comportamiento prosocial: Ofrecer ayuda genuina, humilde y	

	respetuosa del otro.	
4	<p>Relación con los demás</p> <p>Escucha activa: Concentrar mi atención en lo que otros me quieren decir y mostrarles que me importa.</p> <p>Asertividad: Resistir la presión de otros para hacer algo que no quiero o que me hace daño.</p> <p>Manejo de conflictos</p> <p>interpersonales: Definir el problema, cómo me siento, lo que hice mal y cómo corregirlo.</p>	
5	<p>Determinación:</p> <p>Motivación de</p> <p>Logro: Usar la mentalidad de crecimiento para alimentar mi motivación.</p> <p>Perseverancia: Prepararse para enfrentar los retos que supone terminar la secundaria.</p> <p>Manejo del estrés: Identificar estresores pequeños y grandes y las estrategias para afrontarlos</p>	
6	<p>Toma responsable de decisiones</p> <p>Pensamiento</p> <p>Creativo: Imaginar explicaciones nuevas, diferentes y únicas.</p> <p>Pensamiento crítico: Identificar y cuestionar lo que hacen los demás y tomar decisiones propias.</p> <p>Responsabilidad: Reconocer cuando se causa daño a alguien y esforzarse por reparar el daño.</p>	



RECURSOS

Punto 1 Definiciones

<https://prezi.com/h4lm1ckw4wfh/el-juego-la-recreacion-y-la-ludica/>

<http://enteratepues.blogspot.com/2011/10/conceptos-recreacion-ludica-juego.html>

punto 2 beneficios

<https://multiblog.educacion.navarra.es/jmoreno1/2014/08/20/beneficios-del-juego/>

<https://eresmama.com/beneficios-de-los-juegos-en-la-adolescencia/>

punto 3 juegos/clasificación

<https://prezi.com/tlokea2n3sux/clasificacion-de-juegos-aplicados-a-la-educacion-fisica/>

<https://www.efdeportes.com/efd152/juegos-educativos-en-educacion-fisica.htm>

https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/publicaciones/inv_educativa/2010_n26/a08.pdf

punto 4 Juego dirigido

<https://www.mamaferpecta.com/2019/09/el-juego-dirigido.html>

<https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd5058.pdf> (pag 2 a 6)

otro

https://redes.colombiaaprende.edu.co/ntg/men/archivos/Referentes_Calidad/Modelos_Flexibles/Postprimaria/Guias%20del%20estudiante/Educacion%20Fisica/EFR_Grados_8_9.pdf