

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***



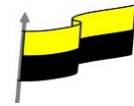
ESTRUCTURACIÓN DE LA CLASE

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, deportivas y de aplicación a la vida diaria.
Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none">➤ Cualidades coordinativas
Evidencias de Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none">➤ Realiza actividades buscando progresivamente su ejecución en el menor tiempo.➤ 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 DE TRABAJO 1 CUARTO PERIODO

TEMA: **MI BIOGRAFIA**

FICHA #1

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION**

GRADO: SEPTIMO

OCTUBRE /2020

DOCENTE: **HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA**

Nombre del estudiante: _____

APRENDIZAJES: NARRAR TODO SOBRE MI A TRAVES DE PREGUNTAS

1. aquí el estudiante escribirá su biografía a través de las preguntas que le hacen encada recuadro, una vez escritas todas la enviara al docente.



Vivo en: _____

Me llamo: _____

Tengo: años.

Mi padre se llama: _____

Mi cumpleaños es: _____

Mi madre se llama: _____

Estudio en la escuela: _____

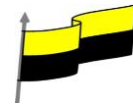
Me gusta: _____

No me gusta: _____

De mayor quisiera: _____

También quiero contar que: _____

Recuerda colocar tu nombre en cada una de las hojas que hay actividades de enviara



GUIA DE TRABAJO 1 CUARTO PERIODO

TEMA: ESTIMULO MI CREATIVIDAD

FICHA #2

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION

GRADO: SEPTIMO

OCTUBRE /2020

DOCENTE: HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA

Nombre del estudiante: _____

APRENDIZAJES: buscar alternativas para divertirme en casa durante el confinamiento.

1. materiales que utilizara el estudiante para esta actividad: Una caja de cartón, un envase plástico. Una o varias pelotas plásticas, Si en un caso dado no tiene pelotas plásticas fabricaran unas de papel o bolsas plásticas.



2. aquí una vez tenemos todos los materiales vamos a proseguir a ubicar la caja de cartón en el piso en posición vertical (a lo largo) y el extremo más próximo a nosotros de la caja de cartón la colocamos encima del el envase plástico de la siguiente forma.



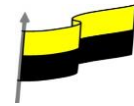
3. una vez ubicada la caja de cartón encima del envase plástico cuento 4 metros desde la caja y trazo una raya para iniciar a lanzar la pelota e intentar tumbar la botella y esta (pelota) al igual que la botella deben quedar en el interior del dragón o caja traga pelotas, de la siguiente forma.



4. ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE

El estudiante mostrara en un video de 1 minuto desarrollando el juego en familia, donde se evidencie la participación de al menos tres personas en la que estén jugando.

Yo les enviare un video corto donde estén realizando esta actividad.



GUIA DE TRABAJO 1 CUARTO PERIODO

TEMA: ENTENDER LA RIQUEZA DE MI IDIOMA ESPAÑOL

FICHA #3

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION

GRADO: SEPTIMO

OCTUBRE /2020

DOCENTE: HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA

Nombre del estudiante: _____

APRENDIZAJES: reconocer las palabras antónimas.

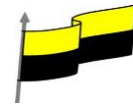
1. **LOS ANTÓNIMOS** son palabras que tienen el significado contrario: Por ejemplo:
Comprar – vender

2. **ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE**

Aquí el estudiante debe unir a través de una flecha el antónimo de la palabra que está en la margen izquierda con el de la palabras que están en la margen derecha el cual corresponda a cada uno.

Subir	Sumar
Restar	Bajo
Peinar	Encima
Alto	Bajar
Pobre	Pequeño
Vender	Despeinar
Grande	Rico
Debajo	Comprar

Recuerda colocar tu nombre en cada una de las hojas que hay actividades de enviar



GUIA DE TRABAJO 1 CUARTO PERIODO

TEMA: LA FLEXIBILIDAD

FICHA #4

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACION

GRADO: SEPTIMO

OCTUBRE /2020

DOCENTE: HAROLD FRANCISCO MENA MATURANA

Nombre del estudiante: _____

APRENDIZAJES: formas de estimular la flexibilidad mediante ejercicios corporales.

1. **Flexibilidad: cualidad** que permite ampliar el rango de movilidad de una articulación.

2. ACTIVIDAD EVALUATIVA PARA EL ESTUDIANTE

Aquí el estudiante debe realizar los ejercicios que se plantean a continuación, buscando mediante estos ejercicios mejorar la flexibilidad en algunas articulaciones.

<p>Descripción: De rodillas, flexión de tronco hacia atrás agarrando con las manos los talones.</p> <p>Dosificación: Mantener la posición durante 20 segundos.</p>	
<p>Descripción: Desde tendido supino con piernas flexionadas y agarrando los talones con las manos. Elevar la cadera arqueando el cuerpo.</p> <p>Dosificación: Intentar mantener esta posición durante 20 segundos.</p>	
<p>Descripción: Apoyando tronco y cadera sobre un banco, manos en el suelo con brazos estirados. Elevar las piernas, arqueando el tronco.</p> <p>Dosificación: Elevar 10 veces cada pierna progresando en amplitud de movimiento.</p>	
<p>Descripción: En posición de "vela", apoyando los pies en una silla con piernas estiradas.</p> <p>Dosificación: Mantener la posición durante 20 segundos.</p>	

3. El estudiante mostrara un video corto de 20 segundos cada uno y una foto por cada ejercicio, mostrando donde se evidencie que está desarrollando la actividad planteada.