

	PLANEACIÓN PERIÓDICA GUIAS PARA EL ESTUDIANTE	
	"Paz, Educación, Progreso"	
Versión: 4	Código: GA C01 F08	Fecha: 24 de Enero de 2023

Área: CULTURA FÍSICA Y DEPORTE	Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA	Curso: 901-902-903	Periodo: I	Fecha de elaboración: 26 DE ENERO 2023
Docente: DEIBBY JANNIER ALARCON ALARCON		HABILIDAD A DESARROLLAR: Guía 1: Enfrento tareas motrices específicas del deporte que contribuyan al alcance de los objetivos colectivos en juegos de oposición y cooperación.		
Nombre del estudiante:				

DESEMPEÑOS DEL PERIODO: <u>(SEGÚN LOS ESTÁNDARES Y DBA PARA CADA CURSO Y GRADO)</u>
1. Reconozco el valor del juego y la actividad física como parte de mi formación.
2. Asumo el desarrollo de las actividades propuestas como un desafío a mis habilidades motoras.
3. Contribuyo al desarrollo de actividades motrices colectivas demostrando dominio de mis habilidades y destrezas.(Actividad transversal con el proyecto TIEMPO LIBRE)
4. Cuido de mi cuerpo teniendo en cuenta las prácticas de autocuidado para generar hábitos saludables (actividad transversalizada con Orientación escolar).

	PLANEACIÓN PERIÓDICA GUIAS PARA EL ESTUDIANTE	
	"Paz, Educación, Progreso"	
Versión: 4	Código: GA C01 F08	Fecha: 24 de Enero de 2023

Plan De Actividades Del Periodo

FECHA		CONTENIDOS PROGRAMADOS (RELACIONAR EL DESEMPEÑO)	DIDACTICA Y EVALUACIÓN
INICIO	FIN		
1 de febrero	31 de marzo	TAREA MOTRIZ - HABILIDAD MOTRIZ - DESTREZA MOTRIZ Capacidades físicas. - Resistencia - Fuerza. - Velocidad. Habilidades Coordinativas.	CONSTRUCCIÓN DE SENTIDO  <pre> graph LR A[PERCEPCIÓN] --> B[DECISIÓN] B --> C[EJECUCIÓN] </pre> Cualquier tarea motriz, ya sea deportiva –como “lanzar un penalti, ejecutar un servicio en voleibol lanzar un tiro libre en baloncesto” o no deportiva “coger un vaso, subir un escalón o abrir la puerta del carro”, siempre requiere de tres fases o mecanismos inseparables para su consecución: la percepción, la decisión y la ejecución. Es imposible ejecutar sin antes decidir y es imposible decidir sin antes percibir, es decir, la percepción, la decisión y la ejecución son tres fases concatenadas e inseparables, pero aun siendo las tres esenciales.

	PLANEACIÓN PERIÓDICA GUIAS PARA EL ESTUDIANTE	
	<i>"Paz, Educación, Progreso"</i>	
Versión: 4	Código: GA C01 F08	Fecha: 24 de Enero de 2023

		- Equilibrio. - Orientación. Exploración deportiva. - Predeportivos.	1. PUNTO DE PARTIDA Y PUNTO DE LLEGADA P.P (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 7 a 10 PUNTOS) 2. Fechas: del 1 al 10 de febrero ACTIVIDAD EN EL CUADERNO: - Realizo un separador de forma creativa alusiva a la habilidad a desarrollar en esta guía. - Escribo los acuerdos de clase. - Realizo la rúbrica de autoevaluación para la clase de educación física. - Realizo cuadro de puntuación GUIA 1. Realizo la medición de los siguientes datos y los copio en el cuaderno. - Talla. - Peso - Fecha de nacimiento - Deporte que práctica. ACTIVIDAD PRÁCTICA: Participo activamente en el desarrollo de un circuito de habilidades básicas dirigidas por el docente. CRITERIOS DE EVALUACIÓN: - Contenido y estética en la presentación del cuaderno en esta etapa. - Cumpro con el uniforme institucional (pantalón azul, camiseta y medias blancas).
			3. RECOLECCIÓN Y PROCESO DE INFORMACIÓN R.I (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 14 a 20 PUNTOS) Fechas: del 13 al 17 de febrero EXPLICACION EN CLASE: - HABITOS SALUDABLES: Recopilo en mi cuaderno lo más importante del manual de hábitos saludables para el desarrollo de la clase de educación física para ponerlos en práctica durante el año escolar. - LECTURA "HABILIDAD-DESTREZA-TAREA MOTRIZ: https://www.eumed.net/rev/ced/12/jmgs.htm - Realizar mapa conceptual explicado por el docente acerca del concepto. CAPACIDADES CONDICIONALES - Realizar mapa conceptual explicado por el docente acerca del concepto. HABILIDADES COORDINATIVAS CRITERIOS DE EVALUACIÓN: - Contenido y estética en la presentación del cuaderno en esta etapa.

	PLANEACIÓN PERIÓDICA GUIAS PARA EL ESTUDIANTE	
	<i>"Paz, Educación, Progreso"</i>	
Versión: 4	Código: GA C01 F08	Fecha: 24 de Enero de 2023

			4. DESARROLLO DE LA HABILIDAD D.H (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 21 a 30 PUNTOS) Fechas: del 20 de febrero al 24 de marzo. ACTIVIDADES PRÁCTICAS MEDIANTE TAREAS MOTRICES: ➤ Fuerza ➤ Velocidad ➤ Resistencia ➤ Flexibilidad ➤ Coordinación CRITERIOS DE EVALUACIÓN: • Participó activamente en el desarrollo de las actividades propuestas en clase dando mi mejor esfuerzo. • Escribo la Meta y Retroalimentación de cada sesión de clase en el cuaderno: Asocio la actividad física de cada sesión de clase con los conceptos investigados en la fase de recolección. • Diligencio la autoevaluación de hábitos saludables acordada para el área de educación física. • Cumpro con el uniforme institucional (pantaloneta azul, camiseta y medias blancas).		
			4.RELACIÓN R.E (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 21 a 30 PUNTOS) Fechas: del 27 al 31 de marzo. Mediante actividades de competencia (atletismo, baloncesto, voleibol, futbol) entre mis compañeros de curso ubico mis habilidades individuales en el contexto de las actividades pre deportivas para orientarlas a la participación en juegos Intercursos y posteriormente Intercolegiados. CRITERIOS DE EVALUACIÓN: • Participó activamente en el desarrollo de la competencia dando mi mejor esfuerzo. • Cumpro con el uniforme institucional (pantaloneta azul, camiseta y medias blancas). • Presento mi cuaderno donde se relacionan las metas y retroalimentaciones desarrolladas durante las sesiones de clase con los conceptos trabajados. • Presento las firmas del docente en la autoevaluación de las sesiones de clase.		
			5. EVALUACIÓN (AUTOEVALUACIÓN Y COEVALUACIÓN) ACTITUDINAL E.A (Valoración numérica: de 7 a 10 PUNTOS) Durante esta etapa los estudiantes realizarán su evaluación actitudinal, con la ayuda del docente de la asignatura teniendo presente la evidencia que se tienen para cada uno de los ítems a evaluar.	SI	NO

	PLANEACIÓN PERIÓDICA GUIAS PARA EL ESTUDIANTE	
	"Paz, Educación, Progreso"	
Versión: 4	Código: GA C01 F08	Fecha: 24 de Enero de 2023

			1. Siempre asisto puntualmente a las clases. (VALORACIÓN 2 PUNTOS)		
			2.Siempre usó adecuadamente el uniforme de acuerdo al horario establecido (VALORACIÓN 2 PUNTOS)		
			3. Siempre me expreso, escucho con atención e interactuó respetuosamente con mis compañeros y docente (VALORACIÓN 2 PUNTOS)		
			4. Cuido el mobiliario, los materiales y dejo limpio y en orden mi lugar de trabajo. (VALORACIÓN 2 PUNTOS)		
			5. Acuerdos de aula, cumplo con TODOS los hábitos saludables. (VALORACIÓN 2 PUNTOS)		
<u>Observaciones generales de la guía</u>					
1. Según el sistema institucional de evaluación de estudiante 2023 se deberán alcanzar todas las etapas de la guía en la secuencial establecida, (1. P.P 2. R.I 3. D.H 4. R.E 5. E.C), para asignar la valoración final de la guía.					
2. La valoración numérica mínima para alcanzar la guía es de 70 puntos así: BÁSICO (70 A 79) ALTO (80 A 89) SUPERIOR (90 A 100).					

OBSERVACIONES:	REVISIÓN (JEFE DE ÁREA, COORDINACIÓN O RECTORIA):
----------------	---

GUIA PARA EL ESTUDIANTE

1. PUNTO DE PARTIDA Y PUNTO DE LLEGADA

Este es el primer paso en el desarrollo de un trabajo. Es el momento en que piensas en aquello que sabes sobre el tema, la pregunta o el proyecto que tienes en tu plan de estudios (recuerda que esta guía es para trabajarla en todas las áreas). Pueden ser experiencias personales que hayas vivido y que estén relacionadas con el tema, tal vez algunas suposiciones o hipótesis que se te ocurren, o quizá algunos estudios que has hecho antes sobre ese tema y que seguramente necesitarás para poder comprender el nuevo.

Para entenderlo mejor, vas a imaginar que el tema es: "La historia de Colombia en el siglo XX". Para su desarrollo haces lo siguiente:

A. Piensas y escribes lo que sabes sobre el tema. Si nunca lo habías escuchado, escribes lo que crees que puede significar. Tal vez has visto y escuchado a tus abuelos, padres o mayores conocidos, la forma como las personas vivían hace muchos años; seguramente también has visto películas, fotografías o libros. El caso es que debes escribir todo lo que sabes del tema.

B. Además de lo que sabes, escribe también: La hipótesis que deseas plantear y que consideras se puede validar con el desarrollo del tema.

2. RECOLECCIÓN Y PROCESO DE INFORMACIÓN

En esta etapa lo primero que haces es buscar la información que necesites para empezar a comprender el tema, usando documentos, libros, mapas, fotografías, videos o cualquier otra fuente de información que te sirva. No es suficiente con acceder a estas fuentes de información, es necesario que las leas y comprendas, para evidenciar esto debes elaborar una síntesis de la información, esta presentación puede variar ya que puedes emplear técnica como: resumen, informe o cualquier tipo de esquema; lo importante aquí, es que no copies la información de los documentos consultados, sino que diseñes tu propia síntesis, que te ayude a comprender y manejar el tema de forma adecuada, dándote la base para continuar con las demás actividades.

El DOCENTE también te ayudará en el trabajo de consultar información, recomendándote los libros o las fuentes que puedes usar. Además no olvides dejar por escrito la fuente en la que conseguiste la información: la bibliografía, que pueden ser libros, Internet, entrevistas

	PLANEACIÓN PERIÓDICA GUIAS PARA EL ESTUDIANTE	
	"Paz, Educación, Progreso"	
Versión: 4	Código: GA C01 F08	Fecha: 24 de Enero de 2023

En resumen: hay que informarse y hacerlo con sentido... ;nada de hacer cosas sin saber para qué!.....

3. DESARROLLO DE LA HABILIDAD

Ya comprendido el tema, es necesario que lo pongas en práctica por medio de su aplicación en diferentes contextos, esto dependiendo del área y tema que estés trabajando. Por ejemplo en matemáticas puedes aplicar las teorías explicadas en la etapa anterior por medio de la desarrollo de ejercicios y resolución de problemas; en comunicación puedes evidenciar la comprensión y manejo de un tema en la construcción de un texto específico. Las actividades pueden variar, es posible en esta etapa diseñar: presentaciones en powerpoint, cualquier tipo de texto escrito (ensayo, informe, reseña), videos o cortos, maquetas, exposiciones, ponencias, ejercicios prácticos, resolución de problemas entre otros, lo importante aquí, es de demuestres el manejo de los conceptos sintetizados y explicados en la etapa anterior.

Como el objetivo de esta etapa es el manejo o dominio de los conceptos y del tema como tal, es necesario que una vez presentadas cada una de las actividades planteadas, programes con tu DOCENTE la sustentación. Es necesario la presentación y aprobación de la sustentación para continuar con la siguiente y última etapa del proceso.

4. RELACIÓN

Aquí viene lo más interesante de todo. Si ya leíste, escribiste, comprendiste y aplicaste el tema en contextos propios de área, es hora que reflexiones sobre su uso y aplicación dentro de tu realidad. Tanto las preguntas como las respuestas deben estar relacionadas con tu vida cotidiana, recuerda que aprender es algo que debe servirte en la vida diaria.

El trabajo final con el que te presentas al analista, es el resultado de todo el proceso que has hecho para elaborarlo. Debes mostrar que es un tema que se relaciona directamente con tu vida cotidiana y que tú le has dado un sentido propio. También debes demostrar con buenas explicaciones y argumentos, la utilidad que tiene en tu vida, el sentido que le lograste dar al tema que estudiaste.

5. EVALUACIÓN ACTITUDINAL (AUTOEVALUACIÓN Y COEVALUACIÓN).

Durante esta etapa deberas realizar la evaluación actitudinal, con la ayuda del docente de la asignatura teniendo presente la evidencia que se tienen para cada uno de los ítems a evaluar.