

	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: III	Fecha de elaboración: 9 de JUNIO de 2025
Docente: DEIBBY JANNIER ALARCON ALARCON		HABILIDAD A DESARROLLAR: Guía 3: Reconozco y demuestro mis habilidades motrices para desarrollar actividades afrontando las diferentes modalidades de los deportes con raqueta.		
Nombre del estudiante:				

DESEMPEÑOS DEL PERIODO: <i>(SEGÚN LOS ESTÁNDARES Y DBA PARA CADA CURSO Y GRADO)</i>
1. Comprendo las habilidades motrices presentes en los deportes con raqueta para optimizar mi desempeño en esta modalidad deportiva.
2. Desarrollo ejercicios y test de agilidad para mejorar mis habilidades motrices.
3. Participó activamente de las actividades que se proponen en clase.
4. Reconozco las técnicas básicas de juego en las diferentes modalidades de los deportes de raqueta.
5. 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 <i>(RELACIONAR EL DESEMPEÑO)</i>	DIDACTICA Y EVALUACIÓN
INICIO	FIN		
8 DE JULIO	12 DE SEPTIEMBRE	DEPORTES RAQUETA CON	CONSTRUCCIÓN DE SENTIDO
			Los deportes de raqueta, como el tenis, el bádminton o el pádel, son actividades que combinan habilidades físicas como la coordinación, la agilidad y la precisión. En las clases de Educación Física, su práctica permite desarrollar reflejos rápidos, mejorar la condición cardiovascular y fomentar el trabajo en equipo y el respeto por las reglas. Además, son deportes dinámicos y divertidos que se pueden adaptar a distintos niveles de habilidad, lo que los convierte en una excelente opción para aprender y disfrutar en grupo.
			1. PUNTO DE PARTIDA Y PUNTO DE LLEGADA P.P (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 7 a 10 PUNTOS) Fechas: 8 AL 11 DE JULIO
		1.Técnica básica de golpeo	ACTIVIDAD EN EL CUADERNO:
		2. Desplazamientos y posición corporal.	- Realizo un separador de forma creativa, dibujo con colores alusivo a la habilidad a desarrollar en esta guía. - Realizo la rúbrica de autoevaluación para segundo periodo en la clase de educación física. - Realizo cuadro de puntuación GUIA 3.
		3 Reglas básicas y respeto al adversario	ACTIVIDAD PRÁCTICA: Participo activamente en el desarrollo de un circuito de habilidades de fuerza dirigidas por el docente.
		4.Juegos modificados y cooperativos	CRITERIOS DE EVALUACIÓN: - Contenido y estética en la presentación del cuaderno en esta etapa. - Cumpro con el uniforme institucional (pantaloneta azul, camiseta y medias blancas).

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

			2. RECOLECCIÓN Y PROCESO DE INFORMACIÓN R.I (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 14 a 20 PUNTOS) Fechas: 14 AL 18 DE JULIO ACTIVIDAD EN EL CUADERNO: (Responder a partir de videos vistos en clase.) Taller teórico: Deportes de raqueta. 1. ¿Qué es un deporte de raqueta? Explica con tus palabras qué caracteriza a un deporte de raqueta. Menciona al menos dos ejemplos. 2. Tipos de golpes básicos Nombra y describe brevemente tres tipos de golpe que se utilizan comúnmente en los deportes de raqueta (por ejemplo: derecha, revés, saque). 3. Beneficios físicos y sociales Enumera tres beneficios físicos y dos beneficios sociales de practicar deportes de raqueta. 4. Reglas básicas Menciona al menos tres reglas generales que se aplican en los deportes de raqueta (pueden ser comunes o específicas de un deporte como bádminton o tenis). 5. Actitud en el juego Reflexiona: ¿Por qué es importante el respeto hacia el oponente y el cumplimiento de las reglas en estos deportes? CRITERIOS DE EVALUACIÓN: • Contenido y estética en la presentación del cuaderno en esta etapa.
--	--	--	---

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

			3. DESARROLLO DE LA HABILIDAD D.H (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 21 a 30 PUNTOS) Fechas: 21 DE JULIO AL 29 DE AGOSTO 1. Técnica básica de golpeo Aprender y practicar los golpes fundamentales (derecha, revés, saque) para desarrollar coordinación ojo-mano y control del implemento. 2. Desplazamientos y posición corporal Trabajar la movilidad, el equilibrio y la postura adecuada para mejorar la respuesta y cobertura del espacio durante el juego. 3. Reglas básicas y respeto al adversario Conocer las normas principales del deporte y fomentar valores como el juego limpio, el respeto y la comunicación. 4. Juegos modificados y cooperativos Realizar actividades adaptadas (mini-juegos, ejercicios por parejas o grupos) para facilitar el aprendizaje progresivo y la participación activa de los estudiantes) 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. • Cumpló con el uniforme institucional (pantaloneta azul, camiseta y medias blancas).
--	--	--	---

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

4.RELACIÓN R.E (Valoración numérica al ser alcanzada esta etapa: de 21 a 30 PUNTOS) Fechas: DEL 1 AL 12 DE SEPTIEMBRE Evaluación: Deportes de Raqueta 1. Golpeo controlado (técnica básica) Objetivo: Ejecutar golpes de derecha y revés con control. 2. Saque (inicio del juego) Objetivo: Realizar un saque reglamentario hacia una zona determinada del campo. 3. Desplazamiento en pista Objetivo: Moverse con agilidad por la pista respondiendo a diferentes trayectorias de pelota. 4. Partido reducido (juego real o modificado) Objetivo: Participar en un juego aplicando lo aprendido. CRITERIOS DE EVALUACIÓN: • Participó activamente en el desarrollo de la competencia dando mi mejor esfuerzo. • Cumplí 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
1. Siempre asisto puntualmente a las clases. (VALORACIÓN 2 PUNTOS)			
2. Siempre usé adecuadamente el uniforme de acuerdo al horario establecido (VALORACIÓN 2 PUNTOS)			
3. Siempre me expreso, escucho con atención e interactué 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, cumpla con TODOS los hábitos saludables. (VALORACIÓN 2 PUNTOS)			
Observaciones generales de la guía			

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

- Según el sistema institucional de evaluación de estudiante 2025 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.
- 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

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.

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

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.