



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

CENTRO EDUCATIVO RURAL SAN MIGUEL

DOCENTE EN FORMACION

CRISTO ANTONIO RIAÑO CHAPARRO

COD: 1098101589

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN
EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PAMPLONA

2020-2



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INFORME FINAL PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

CENTRO EDUCATIVO RURAL SAN MIGUEL

PRESENTADO POR:

CRISTO ANTONIO RIAÑO CHAPARRO

COD: 1098101589

ASESOR:

DANILO ROJAS

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN
EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PAMPLONA

2020-2



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCION	5
2. CAPITULO I	6
2.1 RESEÑA HISTORICA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA	6
2.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL	8
2.3 MARCO LEGAL	8
2.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL	9
2.4.2 MISION	9
2.4.3 VISION	9
2.4.4 FILOSOFIA	10
2.5 PERFIL	10
2.5.1 PERFIL DEL DOCENTE	10
2.5.2 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA	10
2.5.3 PERFIL DEL ESTUDIANTE	11
2.6 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL	11
2.7 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL DE ACTIVIDADES CENTRO EDUCATIVO RURAL SAN MIGUEL 2020	12
2.8 SIMBOLOS INSTITUCIONALES	15
2.9 MANUAL DE CONVIVENCIAS	15
2.9.1 DERECHOS Y DEBERES ESTUDIANTES, DOCENTES Y PADRES DE FAMILIA	16
DERECHOS DE LOS ESTUDIANTES	16
3. LEY DEL MENOR	21
3.1. UNIFORMES	22
3.2 . INFRAESTRUCTURA	22
3.2.1 SALON DE DEPORTES	23
3.3 HORARIOS	24
3.4 MATRIZ DOFA CER SAN MIGUEL	26
4. II CAPITULO	28
4.1 TITULO	28
4.2 OBJETIVO GENERAL	28
4.3 OBEJTIVO ESPECIFICOS	28
4.5 DESCRIPCION DEL PROBLEMA	29
4.6 JUSTIFICACIÓN	30



4.7 POBLACIÓN	31
4.8 MARCO TEORICO	32
5. CAPITULO III	34
5.1 DISEÑO	34
5.2 CRONOGRAMA	34
5.3 EJECUCION DE LAS ACTIVIDADES	35
5.4 EVALUACIÓN CUALITATIVA	76
5.5 RESULTADOS	76
6. CAPITULO IV	77
7. CAPITULO V	79
7.1 CONCLUSIONES	86
7.2 ANEXOS	87
7.3 DESARROLLO Y ESTRUCTURACIÓN DE LOS PLANES DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA MODELO EDUCATIVO ESCUELA NUEVA	87
7.4 EVIDENCIAS CAPTURES Y FOTOGRAFÍAS DE LAS ASESORÍAS Y TUTORÍAS	107
7.5 RECIBIDO PRACTICA INTEGRAL DOCENTE	113
7.6 APOVACION DE LOS PLANES DE AREA DE EDUCACION FISICA ESTRUCTURADOS PARA EL CER SAN MIGUEL	114
7.7 RECIBIDO CARTILLA DE ACTIVIDADES METODOLOGICAS PRACTICA INTEGRAL DOCENTE	115
8. BIBLIOGRAFÍA	116



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



INTRODUCCION

E el presente informe se evidenciará el trabajo realizado para la práctica integral docente en la institución educativa CER SAN MIGUEL en la cual se estableció un diagnóstico, con base a la situación actual del covid-19, el entorno sociocultural del estudiante y de la misma institución educativa, donde se planteó la estructuración de los planes de área de educación física en base al modelo educativo escuela nueva, también se evidenciará el desarrollo de actividades previamente estructuradas y planteadas para ejecución y realización de la práctica integral 2020 (2), con estas actividades se buscó llevar la educación física al entorno socio cultural de los estudiantes, ya que la ubicación de la población intervenida es de zona rural. ya que este modelo permite mayor flexibilidad académica, trabajo multigrado y excelente desempeño en zonas rurales, de igual forma al estar pasando por una situación de pandemia se hace útil la implementación de este modelo y así seguir con el proceso de enseñanza aprendizaje del estudiante.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

2. CAPITULO I

OBSERVACIÓN INSTITUCIONAL DIAGNOSTICO



2.1 RESEÑA HISTORICA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA

El Centro Educativo Rural San Miguel del municipio de Pamplona, se encuentra ubicado al occidente de la zona urbana del municipio, vale la pena resaltar que se encuentra ubicado en la zona céntrica del Asentamiento Poblado Laureano Gómez, donde convergen todas las comunidades de la Región, se encuentra bañada por el río La Plata y la quebrada Caimas, está inmersa en un pequeño valle de 150.000 m² propiedad del municipio.

El 49% de las familias que hacen parte de nuestro Centro pertenecen al estrato 1 Bajo – Bajo ya que su principal actividad económica y productiva deriva de la agricultura de pancoger y los cultivos de morón, arracacha y en menor escala la ganadería. Por otra parte, el 51% de la población adscrita a nuestro Centro pertenece a estrato 2 bajo, siendo su principal actividad económica y productiva los cultivos de morón, arracacha y en menor escala frijol, maíz y la ganadería. Por tal motivo el Centro Educativo dentro de su plan de estudios contempla el desarrollo de proyectos pedagógicos productivos los cuales se implementan teniendo en cuenta las características del contexto.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



De la misma manera están presentes en nuestras comunidades familias con el 62% de tipo nuclear completa, 15% nuclear incompleta, 9% Extensa incompleta, el 3% compuesta y 5% recompuesta. Es así como en el CER San Miguel se desarrollan procesos con el fin de fortalecer el núcleo familiar, dando importancia a cada uno de sus integrantes y así dar valor a la unión de la familia, sin embargo, se tiene en cuenta la existencia de diferentes tipos de familias y se tienen en cuenta sus características.

Por otra parte, el Centro Educativo no cuenta con ningún tipo de población diferente a la mestiza, por tal motivo el CER no refleja ningún enfoque relevante sobre la atención a otros tipos de población. De igual manera el tipo de población atendida es la rural dispersa.

Su única vía de acceso es una carretera no pavimentada y desde ella los caminos de herradura que conducen hacia cada vereda, las cuales se encuentran en las estribaciones de la cordillera oriental y se caracterizan por presentar un terreno quebrado y montañoso. Su población es de aproximadamente 1740 habitantes distribuidos en 290 familias con un promedio de 6 miembros cada una.

En lo referente a sus servicios públicos hay que señalar que aunque un buen porcentaje de familias goza del servicio de energía eléctrica, aún existe un considerable número de ellas que carece de este servicio; el agua que se utiliza tanto para el consumo humano, como para el riego de cultivos y las actividades domésticas proviene del río La Plata, las quebradas y nacimientos que atraviesan la región, sin que ella reciba ningún tipo de tratamiento ni purificación. No se cuenta con ningún otro tipo de servicio público.

En lo educativo hay que señalar que el nivel académico de la población no es el más óptimo, ya que entre las personas adultas muchas son analfabetas, otros cursaron la básica primaria incompleta y unos pocos culminaron su básica primaria solamente.

En la actualidad esta realidad se ha empezado a modificar lentamente, pero con mucha seguridad, gracias al trabajo colectivo que vienen desarrollando las escuelas en sus comunidades.

Es así como este Centro Educativo se constituye en el principal promotor para el mejoramiento de vida de sus estudiantes y sus familias, forjando un desarrollo integral para beneficio de esta comunidad campesina en todos los ámbitos de su vida social.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



2.2 PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL

El PEI de la institución educativa CER SAN MIGUEL, es la carta de navegación de la institución que involucra a toda la comunidad educativa, docentes, administrativos, padres de familia y estudiantes. Donde se contemplan los fundamentos, normas, concepciones, enfoques, objetivos, estrategias las estructuras y sistemas de la misma, que permitirán la orientación en la ruta educativa de un correcto desempeño y desarrollo hacia el mejoramiento de la calidad de vida y la excelencia de la institución.

2.3 MARCO LEGAL

Dentro del marco legal establecido a continuación el CER SAN MIGUEL se ampara bajo los siguientes lineamientos:

LA LEY 115 DE 1994, por la cual se organiza el sistema Educativo Colombiano. Establece los fines de la educación, plantea los objetivos por niveles, define las áreas obligatorias y fundamentales, diferencia la educación formal, no formal e informal, apoya modalidades de atención educativa a poblaciones excepcionales a la educación para adultos y grupos étnicos. Obliga a todos los colegios a poseer un PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL. Define el currículo y plan de estudios y los procesos de evaluación. También establece la formación y capacitación para los docentes, orienta la organización del escalafón docente. Establece el carácter de los directivos docentes, clasifica los establecimientos educativos, organiza la participación democrática a través del Gobierno Escolar. Finalmente establece la dirección, administración, inspección y vigilancia del Sistema Educativo Colombiano.

DECRETO 1860 DE 1994, reglamentario de la ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales. Primero organiza la educación formal en niveles, ciclos y grados y define la organización de la educación preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, y la educación Media Vocacional.

DECRETO 1743 DE 1994, por el cual se establece el Proyecto de Educación Ambiental para todos los niveles de educación formal, se fijan criterios para la promoción de la educación ambiental no formal e informal y se establece los mecanismos de coordinación entre el Ministerio de Educación Nacional y el Ministerio del Medio Ambiente.

DECRETO 230 DE 2002, por el cual se dictan normas en materia de currículo, evaluación y promoción de los educandos y evaluación institucional.

ACUERDO 04 DEL AÑO 2005, Por el cual se crean los comités institucionales de convivencia.



DECRETO 1290 DE 2009, por el cual se establecen los criterios y maneras de evaluar a partir del 2010 y se crea el sistema Institucional de Evaluación para todos los colegios oficiales y privados

DECRETO 1075 de 2015. Recopilación que regula toda la normatividad educativa.

2.4 HORIZONTE INSTITUCIONAL

2.4.1 PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

El Centro Educativo Rural San Miguel retoma los principios de la Educación Colombiana consagrado en la Constitución Política de 1991, para ser desarrollados de manera integral en todos los procesos administrativos, pedagógicos y comunitarios.

Para que el proceso educativo responda a las necesidades del educando y la comunidad se oriente hacia su formación integral, se fundamenta en los siguientes principios:

- Formar en el respeto y buen trato logrando una sana convivencia, aceptando las diferencias para facilitar las relaciones con los demás.
- Desarrollar actitudes responsables en los educandos que posibiliten la construcción de una sociedad más justa y de promoción autentica del ser humano.
- Brindar a cada estudiante la posibilidad de adquirir conciencia de su papel como miembro activo de una sociedad nueva, cimentada en el respeto así mismo a los demás y al entorno, teniendo en cuenta las diferencias y promoviendo la tolerancia.

2.4.2 MISION

Formar personas integras, a través de programas educativos, que privilegien los aprendizajes significativos, con el uso de las TIC`S, teniendo en cuenta los criterios de inclusión, de tal modo, que se posibilite el cambio para el mejoramiento de calidad de vida en el sector rural.

2.43 VISIÓN

El Centro Educativo Rural San Miguel, para el año 2025 será reconocido a nivel Municipal y departamental, como institución educativa rural comprometida permanentemente con la excelencia producto de los criterios explícitos en su misión y su proyecto educativo institucional.



2.4.4 FILOSOFIA

El hombre es una construcción social, histórica y cultural que, a través de los procesos de adquisición de ideas, valores y costumbres, forma su concepción del mundo y de él mismo, haciéndola evidente en su actuar cotidiano por medio del desarrollo de la actitud crítica y el perfeccionamiento continuo del conocimiento.

2.5 PERFIL

2.5.1 PERFIL DEL DOCENTE

El docente debe ser un mediador del aprendizaje y la formación, un verdadero orientador y formador del estudiante. Con el apoyo de acudientes y/o padres de familia le corresponde al docente motivar a los estudiantes en la responsabilidad e interés por el conocimiento y los diferentes saberes.

Poseer sólidas bases deontológicas (fundamentos del deber y las normas morales), investigativas, profesionales y pedagógicas y su espíritu debe estar abierto a la adopción de nuevas tecnologías que de manera trascendente modifiquen las normas educativas tradicionales y en consecuencia tendrá el docente el siguiente perfil:

- ✓ Mediador del proceso de formación del estudiante.
- ✓ Orientador de las actividades y procesos de aprendizaje.
- ✓ Auténtico, de aceptación incondicional y de comprensión empática con los estudiantes.
- ✓ Inspirador de confianza al estudiante para que desarrolle sus capacidades y posibilidades.
- ✓ Flexible y con capacidad de adaptarse a los ritmos de trabajo de los estudiantes.
- ✓ Promueve el desarrollo del pensamiento, la creatividad y el compromiso a través de procesos formativos y de investigación.
- ✓ Orientar la resolución de problemas y conflictos de las personas, las instituciones y la sociedad.

2.5.2 PERFIL DEL PADRE DE FAMILIA

El desarrollo del Proyecto Educativo Institucional persigue que los padres de Familia o Acudientes del Centro Educativo Rural San Miguel logren el siguiente perfil:

- ✓ Asistir oportunamente a las convocatorias que realice este Centro Educativo.
- ✓ Cumplir con lo establecido en el Manual de Convivencia y con los compromisos que adquiere en el momento de matricular a sus hijos en la institución.



- ✓ Profesar y demostrar con sus actitudes los principios y valores de acuerdo a su religión, capaces de formar a sus hijos por la coherencia de vida, transmisión del mensaje de Dios y celebración de su fe en comunidad.
- ✓ Contribuir en la construcción de un ambiente armónico en su hogar que propicie el sano desarrollo afectivo, moral, espiritual, social e intelectual de sus hijos.
- ✓ Acompañar responsablemente el proceso educativo de sus hijos siendo tolerantes, justos y firmes en sus correcciones, sin maltratos ni intransigencias.
- ✓ Comprometidos con la formación integral de sus hijos, con la filosofía, objetivos y actividades formativas del Centro, con sentido de pertenencia que se manifiesta en actitudes de apoyo, respeto y cooperación.

2.5.3 PERFIL DEL ESTUDIANTE

La educación recibida en el Centro Educativo Rural San Miguel, le permite al estudiante un desarrollo cultural, de los que se destaca:

- Fomentar el amor al trabajo y deseos de superación,
- Aprender a manejar objetos y herramientas.
- Aplicar la investigación con la ayuda de las TIC'S
- Desarrollar la actividad científica
- Interesarse por las manifestaciones religiosas y expresiones artísticas.
- Desarrollar la identidad nacional.
- Respetar los símbolos patrios.
- Identificar y manejar distintas fuentes de información.
- Utilizar los contenidos aprendidos en los distintos medios de comunicación
- Interesarse por obtener un mejoramiento cotidiano de la calidad de vida
- Dar ejemplo a su comunidad desarrollando comportamientos honestos y respetando las diferencias entre los miembros de su entorno.

2.6 ORGANIGRAMA INSTITUCIONAL

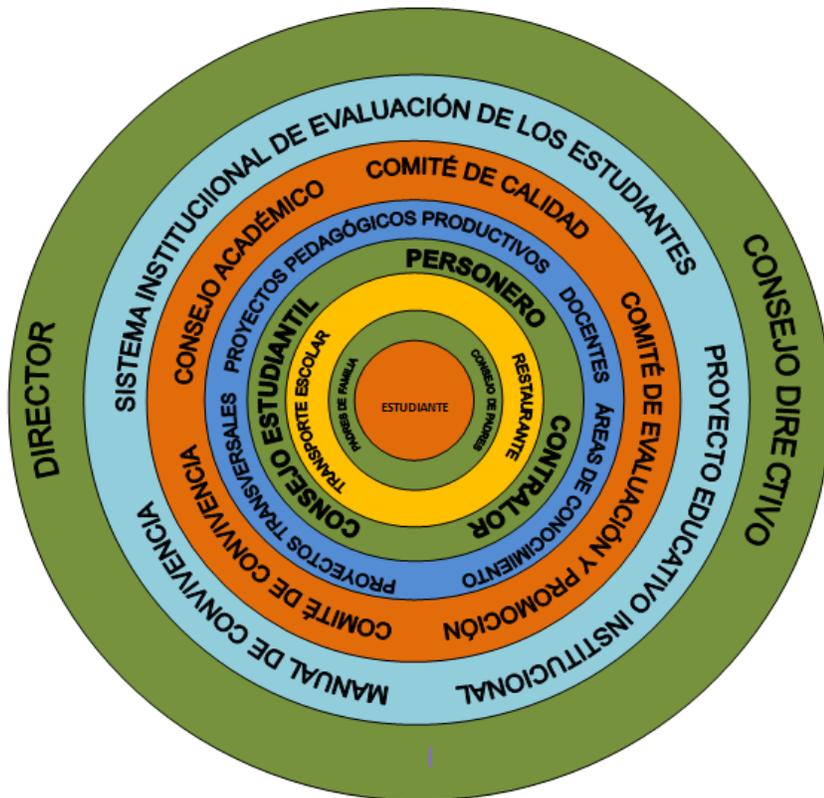
La organización, es una función secuencial de la planeación que se refiere a la combinación óptima de un conjunto de actividades estratégicas, operativas, administrativas, en correlación con las potencialidades de los actores de la comunidad educativa y los recursos técnicos que se requieren para la consecución de los objetivos.

Por organigrama se entiende la forma diagramática que muestra las principales funciones y sus respectivas relaciones, los canales de la autoridad de acuerdo a las respectivas funciones. La estructura puede considerarse como el marco que mantiene unidas las



diversas funciones organizacionales como resultado de un modelo administrativo, que define el flujo de autoridad y de interacciones, las cuales se reflejan en el organigrama del CER.

El organigrama del CER está diseñado en forma circular, demostrando que el centro de locación es el estudiante y alrededor se encuentran los demás órganos, estamentos y procesos que le garantizan su formación integral.



2.7 CRONOGRAMA INSTITUCIONAL DE ACTIVIDADES CENTRO EDUCATIVO RURAL SAN MIGUEL 2020

FECHA	ACTIVIDAD
Enero 7 - 17	Desarrollo institucional. (2 Semanas)
ENERO 20 A MARZO 27	PRIMER PERIODO LECTIVO
Enero 20	Iniciación de Clases
Enero 23	Reunión Consejo Directivo.
Enero 30	Reunión de padres de familia, Elección de representantes al Gobierno Escolar y Gobierno Estudiantil, Panorama de Riesgos, Asistencia de los estudiantes a Clase en cada sede.
Enero 24 a Febrero 28	Campaña del Personero Estudiantil y Contralor Estudiantil.



Febrero 4	Reunión de la comunidad educativa de todas las sedes para la elección de representantes a los estamentos del Gobierno Escolar y Comité de Convivencia del CER. Sede San Miguel, Socialización PEI.
Febrero 25	Rendición de Cuentas
Febrero 28	Jornada Pedagógica
Marzo 3	Elección del Personero Estudiantil y Contralor Estudiantil todas las sedes. Izada de Bandera. Visita Director sede Sabaguá.
Marzo 4	Visita Director Sede Chilagaula
Marzo 6	Visita Director Sede Llano Castro
Marzo 9	Izada de Bandera. Conmemoración día Internacional de la mujer en cada sede.
Marzo 11	Visita Director Sede Santa Ana
Marzo 12	Reunión Consejo Directivo. Sede San Miguel
Marzo 19	Celebración Día de San José
Marzo 31	Jornada Pedagógica. (Planes de Área)
Marzo 23 a Marzo 27	Semana de refuerzo y Nivelación (1° periodo académico)
Marzo 27	Comisión de Evaluación (Inasistencia) en todas las sedes.
ABRIL 1 a JUNIO 12	SEGUNDO PERIODO ACADEMICO
Abril 6 a Abril 12	Receso estudiantil – Tercera semana de desarrollo institucional
Abril 14	Reunión de padres de familia. Entrega informe de desempeño de los estudiantes I Período. Escuela de padres. Reunión consejo académico.
	Día “E” – Excelencia Educativa
Abril 21	Reunión Comité de Convivencia
Abril 23	Izada de Bandera. Celebración Día del Idioma. Día de la Tierra.
Abril 30	Celebración Día del Niño en cada sede
Mayo 7	Reunión de Casos Especiales
Mayo 15	Día del Educador del CER.
Mayo 28	Izada de Bandera y Día de la familia. Todas las sedes.
Junio 2	Reunión Consejo Directivo.
Junio 8 - 12	Semana de Refuerzo y Nivelación Curricular II Periodo
Junio 15– Julio 6	Receso Director, Docentes y Estudiantes primer semestre.
JULIO 6 A SEPTIEMBRE 11	TERCER PERIODO LECTIVO
Julio 6	Iniciación de Clases Tercer Período.
Julio 9	Comisión de Evaluación (Inasistencias) en todas las sedes. Reunión Consejo Académico
Julio 14	Reunión de padres de familia. Entrega informe de desempeño de los estudiantes II Período. Escuela de padres. Reunión consejo académico.
Julio 17	Reunión Comité de Convivencia. Izada de Bandera Celebración día de la Independencia. Celebración día del medio ambiente.



Julio 20 – 24	Olimpiadas Matemáticas 6° - 11°
Julio 28	Reunión Casos Especiales. Sedes Principales. Reunión Consejo Directivo. San Miguel
Julio 31	Jornada Pedagógica (Áreas de gestión)
Agosto 6	Izada de Bandera. Conmemoración Batalla de Boyacá.
Septiembre 1 al 4	Semana por la Paz.
Septiembre 7 - 11	Semana de Refuerzo y Nivelación Curricular III Periodo.
SEPTIEMBRE 14 A NOVIEMBRE 27	CUARTO PERIODO LECTIVO
Septiembre 14	Inicio del cuarto período Académico.
Septiembre 15	Comisión de Evaluación y promoción en todas las sedes.
Septiembre 17	Reunión de padres de familia. Entrega informe de desempeño de los estudiantes III Período. Escuela de padres. Comité de convivencia.
Septiembre 24	Izada de Bandera. Festividad de San Miguel. Actividad Cultural y Religiosa.
Septiembre 25	Festividad de San Miguel. Celebración Juegos Intramulares.
Septiembre 29	Reunión Casos Especiales. Consejo Académico
Octubre 1	Reunión Consejo Directivo.
Octubre 5 – 9	Receso estudiantil. IV Semana Desarrollo Institucional.
Octubre 15	Izada de Bandera. Celebración Día de la Raza, Descubrimiento de América, día del árbol.
Noviembre 3	Izada de Bandera Fundación del Municipio de Pamplona
Noviembre 13	Recepción Listado Menciones, Diplomas, Reconocimientos, etc.
Noviembre 16 – 20	Semana de Refuerzo y Nivelación Curricular IV Periodo
Noviembre 23 - 27	Semana de Refuerzo y Nivelación Curricular Año Lectivo 2020
Noviembre 27	Comisión de Evaluación y Promoción.
Noviembre 30	Clausura General
Nov. 30 a Diciembre 4	Semana Desarrollo Institucional
Diciembre 4	Ceremonia de Graduación Bachilleres 2020
Diciembre 7 - enero 3 2021	Vacaciones docentes Segundo semestre.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



2.8 SIMBOLOS INSTITUCIONALES



BANDERA



ESCUDO

Se representa en los colores:

- Verde, blanco, verde.

2.9 MANUAL DE CONVIVENCIAS

El Manual de convivencia se define como el conjunto de valores, principios, derechos y deberes que regulan el comportamiento de la comunidad educativa del CER San Miguel. Las normas establecidas en él son mecanismos para la organización escolar y se convierten en la herramienta de acción para el desarrollo, promoción y defensa de los derechos y deberes de los estudiantes y demás integrantes de la comunidad educativa. (Parte 3. Título 5. Decreto 1075. Sistema Nacional de Convivencia Escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de la violencia escolar). En el manual de convivencia se ha establecido la manera de cómo deben actuar las personas que conforman la comunidad educativa, los recursos y procedimientos para solucionar conflictos, así como las consecuencias de incumplir los acuerdos. (Chaux, Vargas, Ibarra & Minski, 2013).

Este MANUAL DE CONVIVENCIA forma parte del P.E.I tiene en cuenta toda la comunidad educativa, compartiendo normas establecidas de común acuerdo con los diferentes estamentos del Centro Educativo. En su actualización han participado directora, docentes, padres de familia, estudiantes, y demás miembros de la comunidad, con el ánimo de lograr consensos que comprometan los ambientes propicios para la formación integral

Para este manual presente manual se han tenido en cuenta la Constitución Política de Colombia (1991), la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994), La ley de la infancia y la adolescencia (Ley 1098 de Nov del 2006), los Decretos reglamentarios de la Ley 115 (Decreto 1860), el Estatuto Docente (Decreto 2277 Sep. 1979) y el Código Disciplinario Único (Ley 200 de 1995), la ley 1620 de 2013 y su decreto reglamentario 1965 de 2013, sentencia 478 de 2015, Decreto 1075 y los fallos de la Corte Constitucional en lo respectivo a la educación.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



2.9.1 DERECHOS Y DEBERES ESTUDIANTES, DOCENTES Y PADRES DE FAMILIA

DERECHOS DE LOS ESTUDIANTES

Definición. Por el hecho de ingresar o permanecer en la institución de acuerdo a las normas establecidas, el estudiante tiene derecho a:

- Recibir una formación integral (Art. 44 y 67 Const. Pol. de Col art. 42 Ley de la infancia y la adolescencia, Art. 91 y 92, Ley General de Educación 115, 1620 de 2013).
- Recibir formación en los valores para la convivencia social (Art. 13 y 67 de la Const. Pol. de Col., art. 21 y 22 Ley General de Educación 115, 1620 de 2013).
- Ser reconocido, respetado y valorado por todos los miembros de la comunidad educativa.
- Recibir y compartir un trato amable, cordial e imparcial con los integrantes de la comunidad educativa.
- Ser respetado en su vida íntima (la actuación en público de un miembro del centro educativo rural lo obliga a mantener el buen nombre del mismo).
- No ser discriminado en razón de sus creencias políticas, religiosas, ni por distinciones fundadas en condiciones raciales, sociales, de identidad sexual o ideológica.
- Toda persona tiene derecho al libre desarrollo de su personalidad, sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico (art. 16, Const. Pol. de Colombia) y las normas de convivencia aquí citados.
- Ser atendido respetuosamente en las diferentes dependencias del CER.
- Ser escuchado cuando requiera una explicación y a que su justo reclamo sea atendido oportunamente por la instancia competente y dentro de los plazos establecidos en este Manual.

DEBERES

DEBERES DEL DIARIO CONVIVIR. El estudiante debe: Conocer, asumir y respetar la filosofía, los objetivos, Manual de Convivencia y las normas que rigen la institución.

- Valorar y respetar la vida del otro como su propia vida. (Art. 11, Const. Pol. de Colombia)
- Respetar y darse a respetar ante sus compañeros y demás personas con quienes convive.
- Identificarse con la filosofía de la institución y regirse por sus normas internas.
- Aceptar que: “Existen diferentes ideologías con las cuales se pueden acordar reglas para resolver las diferencias y los conflictos, para luchar juntos por la vida”; la conciliación ayuda a una mejor convivencia.



- Participar de las mesas de conciliación y del comité de convivencia en las aulas, siguiendo los protocolos para la solución de conflictos.
- Valorar las diferencias como una ventaja que permite ver y compartir otros modos de pensar, de sentir y de actuar.
- Respetar las cosas ajenas (uniformes, útiles, equipos, dinero, documentos)
- Respetar la vida íntima de los demás (Art. 15 Const. Pol. de Colombia)
- Responder y pagar daños causados a terceros o en cosa ajena.
- Cumplir las normas de comportamiento en todo momento y lugar en representación del colegio.
- Cumplir a cabalidad con el reglamento para el uso de todas las dependencias de la institución y el transporte escolar.
- Portar los uniformes de acuerdo con las normas consignadas en el Manual de Convivencia.
- Mantener en buen estado y presentación salones de clase, aulas especializadas y zonas comunes.
- Portar el carné del CER, con foto y laminado.
- Representar dignamente al CER en cualquier comité para el cual sea elegido o designado.
- Conservar los ecosistemas y colaborar con el reciclaje.
- Participar activa y responsablemente en las actividades programadas y desarrolladas por el proyecto de gestión del riesgo.
- Permanecer en los salones cuando el profesor esté ausente sin entorpecer el normal desarrollo del trabajo académico de los demás cursos.
- Aceptar la comunicación, como base de la autoafirmación personal y grupal.
- Conocer y respetar el conducto regular establecido en el presente Manual.

DERECHOS DE LOS DOCENTES

- a. Recibir llamadas de atención en forma individual, discreta, en el lugar y momento oportuno acorde con el rango que se desempeña.
- b. Participar en los programas de capacitación y bienestar social y gozar de los estímulos de carácter profesional.
- c. Solicitar y obtener los permisos y licencias de acuerdo con las disposiciones legales, para el caso de calamidades domésticas e incapacidad según la respectiva EPS a la que se encuentre afiliado.
- d. Permanecer en el servicio y no ser desvinculado o sancionado, sino de acuerdo a las normas y procedimientos contemplados en el estatuto docente y otras disposiciones legales vigentes.
- e. No ser discriminado en razón de sus creencias políticas, religiosas, ni por distinciones fundadas en condiciones raciales, sociales, de identidad sexual o ideológica.



- f. Ser tratado por los integrantes de la Comunidad Educativa, con la consideración, respeto y justicia que todo ser humano merece y de acuerdo con la naturaleza de su cargo.
- g. Ser atendido en sus reclamos y solicitudes particulares que haga a través del conducto regular, según Manual de Procedimientos y Funciones.
- h. Conocer previamente todo tipo de queja o informe que se pase a las distintas instituciones administrativas y/o jurídicas del estado, que tengan que ver con actuaciones inherentes a su Cargo.
- i. Que las decisiones tomadas en la Asamblea de Docentes se respeten. (Art. 22, Decreto 1860).
- j. Elegir y ser elegido para las distintas instancias participativas de la comunidad educativa a que tengan derecho.
- k. Disfrutar de las instalaciones y mobiliario asignado.
- l. Ser reconocido en público cuando se haga merecedor de ello.
- m. Disfrutar de los servicios de bienestar que ofrece el CER
- n. Que le se respete la libre expresión.
- o. Ser informados de las actividades asignadas con anterioridad y otras del CER.
- p. Que le sea otorgado tiempo para las capacitaciones.

DEBERES

- a. Conocer, asumir y respetar la filosofía, los objetivos, Manual de Convivencia y las normas que rigen la institución.
- b. Desempeñar con responsabilidad y eficiencia las funciones de su cargo
- c. Defender e inculcar los derechos humanos y la convivencia pacífica.
- d. Respetar los derechos ajenos y no abusar de los propios.
- e. Velar por el cumplimiento del Manual de Convivencia.
- f. Proteger los recursos e instalaciones de la institución y contribuir en la protección de los recursos naturales.
- g. Proponer ideas que contribuyan al desarrollo y crecimiento de la Institución.
- h. Participar activamente en el desarrollo de los proyectos pedagógicos de carácter obligatorio y la implementación de los programas para el desarrollo de las competencias ciudadanas, la educación para el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos. (Ley 1620 de 2013, artículos 15 y 20)
- i. Brindar un trato cortés a sus compañeros, estudiantes y demás miembros de la comunidad educativa, evitando el maltrato verbal y moral.
- j. propiciar un ambiente de sana convivencia dentro de un espíritu solidario y participativo.
- k. Cumplir la jornada laboral y dedicar la totalidad del tiempo reglamentario a las funciones propias de su cargo.
- l. Velar por la conservación de documentos, útiles, equipos, muebles y bienes que le sean confiados.
- m. Mantener una conducta propia de su cargo.
- n. Contribuir con la conservación de los ecosistemas y el ambiente sano.
- ñ. Presentar propuestas y sugerencias para el mejoramiento del proceso educativo.



- o. Dar y recibir buen trato en sus relaciones interpersonales.
- p. Asistir a cursos de capacitación y actualización que le permitan como docente estar informado de la realidad, la actualidad de los conocimientos, metodologías y avances educativos.
- q. Asistir a las jornadas pedagógicas y de capacitación programadas.
- r. Elegir y ser elegido en las distintas instancias de participación a que tiene derecho.
- s. Asistir oportunamente a todos los actos programados por la institución inherente a su cargo.
- t. Presentar las excusas y soportes correspondientes por inasistencia a la jornada laboral.
- u. Cumplir con los turnos de control de disciplina durante los descansos presentarse puntualmente y asumir con responsabilidad las respectivas funciones.

DERECHOS PADRES DE FAMILIA

Los padres de familia, tutores y acudientes de los estudiantes del CER san Miguel tienen derecho a:

- a. Elegir y ser elegidos como miembros del Consejo de Padres de Familia (Art. 7 Ley Gral. de Ed., Dec. 1286 de abril del 2005).
- b. Formar parte de la Asamblea de Padres de Familia.
- c. Ser escuchados, respetados y atendidos, por profesores, directivas, en los horarios establecidos por el CER.
- d. Ser estimulado por su trabajo, en público por las directivas del colegio, cuando sea el caso.
- e. Recibir asesoría y orientaciones para mejorar la formación de sus hijos (art. 7, Ley Gral. de Ed.).
- f. Nombrar los representantes para el Consejo Directivo de la Institución (Art. 14 Ley Gral. de Ed.).
- g. designar al presidente del Consejo de Padres como su representante ante el comité de convivencia escolar (Ley 1620 de 2013)
- h. Recibir con suficiente anterioridad las citaciones, circulares y boletines.
- i. Participar en la planeación, ejecución y evaluación del Proyecto Educativo Institucional, reforma del Manual de Convivencia de acuerdo con los mecanismos estipulados por la institución.
- j. Recibir informes verbales y escritos del rendimiento académico y disciplinario de sus hijos en horario establecido.



DEBERES

Los padres de familia, tutores y acudientes son los primeros y principales educadores de sus hijos, por consiguiente, deberán desempeñar eficazmente su papel como agentes educativos. (Llámesese acudiente a la persona que firma la matrícula en representación del padre de familia. Tutor es la persona que administra y orienta los bienes y formación hasta que sea persona mayor de edad).

Son deberes de los padres de familia, tutores o acudientes:

- a. Conocer y asumir la Filosofía, objetivos de la institución, Manual de Convivencia y normas que la rigen.
- b. Enterarse diariamente del estado de salud de sus hijos, de los progresos, dificultades y comportamiento en el CER; de la calidad de sus amigos, con el fin de brindar oportunamente la orientación y ayuda que necesiten.
- c. Brindar oportunamente la orientación y ayuda que necesiten.
- d. Ejercer la autoridad como padres con amor, respeto y firmeza.
- e. Asumir responsablemente el compromiso de ser los primeros educadores de los niños y jóvenes.
- f. Colaborar con los niños y jóvenes en la formación de la responsabilidad, evitando excusarlos en la falta de estudio, incumplimiento de tareas, no asistencia a clases, prácticas y actividades programadas por la institución.
- g. Participar en la formación moral de sus hijos y en la toma de decisiones a este respecto.
- h. Asistir a talleres, reuniones, actividades y eventos programados por el CER.
- i. Respetar y dar buen trato a todo el personal docente, que laboran en la institución.
- j. Cumplir con las citaciones en la fecha y hora señaladas.
- k. No interrumpir las horas de clase.
- l. Utilizar el conducto regular para el trámite de cualquier inquietud, sugerencia o reclamo (profesor, titular de curso, director, Consejo Directivo).
- m. Asumir los costos ocasionados por sus hijos en el deterioro o daño de muebles y enseres del colegio, a terceros (docentes, compañeros, personas de la comunidad) al igual que por lesiones físicas causadas a otros (ley 1098 de 2006, artículo 170).
- n. Colaborar para que su hijo cumpla con todas las normas del presente Manual de Convivencia.
- o. Proporcionar los útiles y medios adecuados para que los menores puedan cumplir con las labores escolares dentro y fuera del colegio. (Resolución 1740 de 2009 de la SED, Art 6).



3. LEY DEL MENOR

La protección de la infancia y de la adolescencia es un compromiso de la comunidad mundial. En Colombia se destaca la nueva Ley 1098 del 8 de noviembre de 2006, mediante la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, cuyo objeto es “establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizarles el ejercicio de sus derechos y libertades consagrados en los Instrumentos Internacionales de Derechos Humanos, en la Constitución Política y en las leyes, así como su restablecimiento. Dicha garantía y protección se hará obligación de la familia, la sociedad y el Estado”. Es necesario su promulgación y divulgación en toda la comunidad académica, para que las personas que la integran sirvan de gestores de los nuevos avances formativos, lográndose su socialización, su conocimiento y lo más importante, su efectividad, pues todos somos co-responsables del cumplimiento de los derechos y garantías de sus destinatarios.

La orientación de la nueva Ley 1098 de 2006, gira alrededor de la protección integral: la prevalencia de los derechos de los niños, niñas y adolescentes, la co-responsabilidad, la exigibilidad de tales derechos, la perspectiva de género, la participación, las normas de orden público, la responsabilidad estatal, social y familiar.

Artículo 44. Obligaciones complementarias de las instituciones educativas. Los directivos y docentes de los establecimientos académicos y la comunidad educativa en general pondrán en marcha mecanismos para:

1. Comprobar la inscripción del registro civil de nacimiento.
2. Establecer la detección oportuna y el apoyo y la orientación en casos de malnutrición, maltrato, abandono, abuso sexual, violencia intrafamiliar, y explotación económica y laboral, las formas contemporáneas de servidumbre y esclavitud, incluidas las peores formas de trabajo infantil.
3. Comprobar la afiliación de los estudiantes a un régimen de salud.
4. Garantizar a los niños, niñas y adolescentes el pleno respeto a su dignidad, vida, integridad física y moral dentro de la convivencia escolar.
5. Proteger eficazmente a los niños, niñas y adolescentes contra toda forma de maltrato, agresión física o psicológica, humillación, discriminación o burla de parte de los demás compañeros o profesores.
6. Establecer en sus reglamentos los mecanismos adecuados de carácter disuasivo, correctivo y reeducativo para impedir la agresión física o psicológica, los comportamientos de burla, desprecio y humillación hacia los niños, niñas y adolescentes, con dificultades de aprendizaje, en el lenguaje o hacia niños o adolescentes con capacidades sobresalientes o especiales.
7. Prevenir el tráfico y consumo de todo tipo de sustancias psicoactivas que producen dependencia dentro de las instalaciones educativas y solicitar a las autoridades competentes acciones efectivas contra el tráfico, venta y consumo alrededor de las instalaciones educativas.

8. Coordinar los apoyos pedagógicos, terapéuticos y tecnológicos necesarios para el acceso y la integración educativa del niño, niña o adolescente con discapacidad.
9. Reportar a las autoridades competentes, las situaciones de abuso, maltrato o peores formas de trabajo infantil detectadas en niños, niñas y adolescentes.
10. Orientar a la comunidad educativa para la formación en la salud sexual y reproductiva y la vida en pareja

3.1. UNIFORMES



UNIFORME DE DIARIO



UNIFORME DE EDU.FISICA

3.2 . INFRAESTRUCTURA

El Centro Educativo Rural San Miguel en concordancia con la Ley 115 de 1994, en los artículos 138, 139, 140, 141, donde se orienta a los establecimientos educativos sobre los elementos y la infraestructura que deben poseer con el objeto de proveer un ambiente escolar óptimo que permita prestar un servicio eficiente que garantice la continuidad y el bienestar de los estudiantes, desarrolla acciones que se adaptan al contexto de cada una de las sedes que la conforman.



AULAS	GRADOS
SEDE SIMITARUGUA	
1	TRANSICION, PRIMERO SEGUNDO
1	TERCERO, CUARTO, QUINTO
1 ORGANIZACIÓN TIPO RESTAURANTE	DE SEXTO A ONCEAVO GRADO
1	INFORMATICA Y BIBLIOTECA
1 CANCHA	TODOS
4 BAÑOS	TODOS
1 ORINAL	TODOS

3.2.1 SALON DE DEPORTES

Materiales	Cantidad	Estado
Lazos	10	Regular
Conos	10	Regular
Aros	10	Regular
Balones	10	Regular

3.3 HORARIOS

ANEXO 5. HORARIOS

HORARIO PREESCOLAR				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA				
TARDE				
COMPLETA	8:00:00 a. m.	12:05:00 p. m.	30 Min.	55
UNICA				

HORARIO PRIMARIA				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA				
TARDE				
COMPLETA	7:30:00 a. m.	12:45:00 p. m.	30 Min.	55
UNICA				

HORARIO SECUNDARIA				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA				
TARDE				
COMPLETA	7:45:00 a. m.	1:45:00 p. m.	30 Min.	55
UNICA				

HORARIO JORNADA UNICA				
JORNADA	HORA DE ENTRADA	HORA DE SALIDA	TIEMPO DE DESCANSO	TIEMPO DE PERIODO DE CLASE
MAÑANA				
TARDE				
COMPLETA				
UNICA				
TECNICA				



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



HORARIO DE CLASE EDUCACION FISICA			
dia	grado	hora	cantidad
lunes	10	5a-6a	2h
miercoles	9	3a	1h
miercoles	7	4a-5a	2h
miercoles	11	6a	1h
jueves	6	4a-5a	2h
jueves	9	5a	1h
jueves	8	6a	1h
viernes	11	2a	1h
viernes	8	6a	1h



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

3.4 MATRIZ DOFA CER SAN MIGUEL

MATRIZ DOFA	DESCRIPCIÓN
DEBILIDADES	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Difícil situación económica de las familias que dificulta el acceso a internet. ✚ No cuenta con un himno para institución educativa ✚ Debido a la problemática sanitaria global que se afronta actualmente la falta de contacto presencial y digital dificulta el entorno de enseñanza aprendizaje de manera más didáctica. ✚ Reestructuración del plan de estudio de educación física ✚ Dificultad para el acceso a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación por la situación geográfica y políticas actuales de gobernabilidad. ✚ Deficiencia de materiales e infraestructura para desarrollo de la educación física
FORTALEZAS	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Se cuenta con personal altamente calificado, y cumplen con el perfil y especificaciones para el que están nombrados. ✚ Docentes comprometidos con el rol de enseñanza aprendizaje, que permite transmitir conocimientos claros ✚ desde la institución se transmitió el conocimiento para el manejo de las TIC como una base de apoyo a la problemática mundial. ✚ Planteamiento del desarrollo de la reestructuración para nuevo plan de estudios de educación física. ✚ Apoyo entre sedes educativas de la misma institución
OPORTUNIDADES	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Proyección del mejoramiento de transmisión de saberes a través de las TIC ✚ Es la única entidad educativa presente en esta zona rural. ✚ Ofrecemos todos los niveles educativos desde pre-escolar hasta grado once.



	<ul style="list-style-type: none">✚ Contamos con el personal calificado y suficiente para prestar un adecuado servicio educativo.✚ El CER cuenta con un PEI acorde al contexto y enmarcado dentro de las políticas actuales de educación nacional.✚ Maneo de Modelos pedagógicos flexibles que permiten que los educandos aprendan a su ritmo y con los recursos del entorno.
AMENAZAS	<ul style="list-style-type: none">✚ En base a la problemática mundial, el declive del factor económico afecta de manera fuerte cada núcleo familiar, generando que los educandos dediquen su tiempo a trabajar y descienda su enfoque a nivel educativo.✚ Problema de accesibilidad a las TIC debido a las ubicaciones de vivienda rural.✚ Deserción en el interés de estudiar y mejorar en el entorno educativo por parte de los estudiantes.✚ Poco contacto presencial y digital del estudiante y docente.✚ Falta de metodología didáctica para la trasmisión de conocimientos.



4.II CAPITULO

4.1 TITULO

MODIFICACIÓN Y APLICACIÓN ESTRATEGICA DEL MODELO EDUCATIVO ESCUELA NUEVA A LOS PLANES DE AREA DE EDUCACION FISICA DEL CENTRO EDUCATIVO RURAL SAN MIGUEL PARA LOS GRADOS 6° A 11° DEL AÑO 2020.

4.2 OBJETIVO GENERAL

Efectuar un mejoramiento estratégico al plan de área de educación física de la institución educativa rural san miguel para los grados 6° a 11°, que mejore la calidad educativa de manera integral.

4.3 OBEJTIVO ESPECIFICOS

- Recopilación de información sobre los planes de área de la educación física para los grados de 6 a 11
- Definir el plan de área de educación física en base al modelo educativo trabajado por el colegio educativo rural san miguel para los grados de 6 a 11
- Realizar los ajustes pertinentes al plan de área de educación física con base al modelo educativo del CER SAN MIGUEL para los grados de 6 a 11
- Establecer el plan de área de educación física mas adecuado y conveniente para el colegio educativo rural san miguel



4.5 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Un plan de área bien estructurado acorde al modelo educativo escogido por la institución educativa y bajo los lineamientos del ministerio de educación nacional permite al docente tener una idea clara de las capacidades habilidades y destrezas que puede planificar, con el fin de llevar un orden adecuado para el desarrollo de las clases según cada grado.

Teniendo en cuenta la normativa establecida por la ley 115 de 1994 del MEN, los docentes cuentan con la responsabilidad de elaborar el PEI, donde se establecerán los planes de área de cada asignatura, sin embargo, establecer un plan de área adecuado según el modelo educativo adoptado por la institución es lo más acorde, para el correcto desempeño de la enseñanza aprendizaje junto a la dirección y guía que ayudara al docente a desarrollar la planificación de las clases.

En base a lo anteriormente expuesto se entiende que una de las situaciones que más se evidencia, en los entes educativos es la diversidad en el diseño, la planificación curricular y la deficiencia que hay en los planes de área de las mismas instituciones educativas.

Por esta razón, se plantea varias inquietudes dado el contexto al interior de las instituciones educativas en cuanto al diseño estructuración y la planificación curricular dentro de las preguntas a las que se llegan son ¿cómo son los planes de área para la educación física en la educación de los grados 6 a 11 en un modelo educativo escuela nueva?, ¿cómo debería estructurarse un plan de área para la formación de la educación física para los estudiantes de los grados de 6 a 11 en modelo educativo escuela nueva?, ¿cómo se pueden mejorar estos planes de área en base a un modelo educativo como lo es la escuela nueva?

Todas estas preguntas nos llevaron a proponer una modificación coherente, acorde y viable al modelo educativo tomado por el colegio educativo rural san miguel.



4.6 JUSTIFICACIÓN

En el año de 1994 en Colombia, se dio autonomía a las instituciones para que adaptaran el currículo a su entorno en base a modelos educativos escogidos para la misma, así pues, los docentes encargados de cada área se encargaron de establecer el diseño curricular en cada área, teniendo en cuenta los lineamientos establecidos por MEN.

Por consiguiente, el currículo que se adopte por el establecimiento educativo debe tener en cuenta lo siguiente para poder lograr el objetivo de la enseñanza aprendizaje en los estudiantes:

- ◆ Los fines de la educación, los objetivos de cada nivel y ciclo definidos por la Ley 115 de 1994.

- ◆ Las normas técnicas, tales como estándares básicos de competencias para el currículo en las áreas obligatorias y fundamentales del conocimiento u otros instrumentos para la calidad, que defina y adopte el Ministerio de Educación Nacional.

- ◆ Los lineamientos curriculares expedidos por el Ministerio de Educación Nacional.

Es decir, si los PEI deben tener en cuenta estas directrices para lograr el aprendizaje de los estudiantes, como fue expuesto en la parte del planteamiento del problema y que parafraseo el plan de área “permite al docente tener una idea clara de las capacidades habilidades y destrezas que puede planificar, con el fin de llevar un orden adecuado para el desarrollo de las clases según cada grado”.

Por tanto, el plan de área que es elaborado y establecido por los docentes, se establecerá según criterios y lineamientos, debe tener como finalidad mejorar la calidad de la enseñanza y el aprendizaje en el estudiante, por ello este debe ser algo que funcione en sinergia en pro de un mejor desempeño y rendimiento educativo.

Por lo cual este propósito de readaptar y mejorar el plan de área de los grados de 6 a 11 para el desempeño y desarrollo de la educación física en base al modelo educativo escogido por la institución, se hace necesario para el mejoramiento de la calidad educativa.



4.7 POBLACIÓN

Grados	Número de estudiantes	Niñas	Niños
Sexto	15	6	9
Séptimo	15	7	8
Octavo	21	8	13
Noveno	12	8	4
Decimo	15	6	9
Once	15	10	5
TOTAL	93	55	48



4.8 MARCO TEORICO

En el abordaje de la mejora de los planes de área de educación física del CER SAN MIGUEL y cumpliendo con la trazabilidad de los objetivos propuestos dentro de la propuesta que tiene como finalidad un mejor desempeño y desarrollo de la materia según las necesidades y entorno del estudiante, nos centramos en autores como (Álvaro Sicilia Camacho, 2009), el cual nos indica en el artículo realizado por él, donde tomando tres bases para la valoración del mismo, tomo la finalidad el contenido y la metodología que se emplean para el desarrollo y cumplimiento del mismo currículo.

También tendremos en cuenta el abordaje propuesto por (Junal Luis Hernandez Alvarez, 1992) quien nos plantea las finalidades de la educación física dentro del contexto curricular, desde una concepción flexible, en el que se busca una concepción de reflexión, indagación y actuación permitiendo un desarrollo de las capacidades del docente y los estudiantes, junto a la ambientación adecuada del currículo que permita una mejor formación.

Dentro del mismo abordaje a la mejora de los planes de área la metodología escogida para su desarrollo y ejecución, es el método educativo “ESCUELA NUEVA” ya que esta promueve una metodología activa y participativa, tanto en los eventos de formación como para el desarrollo de la práctica pedagógica, con estrategias, materiales interactivos y didácticos que permiten la creación de ambientes que promueven el aprendizaje activo, colaborativo y significativo a partir de la construcción de conocimiento, haciendo, jugando y aprendiendo a aprender, todo ello con la orientación permanente del docente.

Referentes teóricos que respaldan este modelo educativo de los cuales podemos resaltar son el (MEN M. d., 2010) quien nos indica que es un modelo escolarizado de educación formal, con respuestas al multigrado rural y a la heterogeneidad de edades y orígenes culturales de los alumnos de las escuelas urbano – marginales, permite ofrecer los cinco grados de la básica primaria con calidad, atendidos por uno, dos o hasta tres maestros. Por otro lado observamos que dentro del mismo (MEN, 2016) se tiene el programa de fortalecimiento de la cobertura con calidad para el sector educativo rural - PER fase II, el cual se implementa desde el año 2009 como parte de las acciones que adelanta el Ministerio de Educación Nacional para mitigar los problemas que afectan la cobertura y la calidad educativa en zonas rurales ayudando a superar la brecha existente entre la educación rural y urbana. Las acciones se orientan al diseño e implementación de estrategias flexibles que faciliten el acceso de los jóvenes rurales a la educación; y al desarrollo de procesos de formación y acompañamiento a los docentes que les permitan mejorar la calidad, pertinencia y relevancia de sus prácticas, El objetivo del programa es incrementar el acceso con calidad a la educación en el sector rural desde preescolar hasta media, promover la retención de niños, niñas y jóvenes en el sistema educativo y mejorar la pertinencia de la educación para las comunidades rurales y sus poblaciones escolares con el fin de elevar y la calidad de vida de la población rural.



Por otro lado Rafael Flórez Ochoa en un artículo publicado en la revista educación y pedagogía, considera de que el modelo “ESCUELA NUEVA” obedecer a las necesidades de las comunidades rurales campesinas, no solo con relación a las características de territorio disperso sino también a la atención flexible para aquellos estudiantes que abandonan las aulas para contribuir con el sustento familiar a través de su participación en las actividades de recolección de cosechas, a su vez comprende la necesidad de atender a los infantes en distintas edades y ritmos de aprendizaje que no tienen la posibilidad de acceder a las escuelas urbanas (FLOREZ, 1995).

Por tanto, podríamos definir que el modelo “ESCUELA NUEVA” es una innovación a la educación básica que integra, de manera sistémica, estrategias curriculares, comunitarias, de capacitación, seguimiento y administración, para impactar a niños y niñas, profesores, agentes administrativos, familias y comunidades. Promueve un aprendizaje activo, participativo, cooperativo y centrado en el estudiante, un fortalecimiento de la relación escuela-comunidad y un mecanismo de promoción flexible adaptado a las condiciones y necesidades de la niñez más vulnerable. El modelo Escuela Nueva aporta estrategias, metodologías y recursos para promover efectivamente en los docentes y estudiantes la vivencia y la apropiación de valores ciudadanos, la construcción de conocimientos, las habilidades para la interacción y la convivencia, el desarrollo de liderazgo, el trabajo en equipo, la autonomía, la autorregulación y la autoestima.

Por otro lado para entrar en el abordaje de los planes de área, tendremos en cuenta (Álvaro Sicilia Camacho, 2009), el cual nos indica en el artículo realizado por él, tomando tres bases para la valoración del mismo, tales como la finalidad, el contenido y la metodología que se emplean para el desarrollo y cumplimiento del mismo currículo. También tendremos en cuenta el abordaje propuesto por (Junal Luis Hernandez Alvarez, 1992) quien nos plantea las finalidades de la educación física dentro del contexto curricular, desde una concepción flexible, en el que se busca una concepción de reflexión, indagación y actuación permitiendo un desarrollo de las capacidades del docente y los estudiantes, junto a la ambientación adecuada del currículo que permita una mejor formación.

El enfoque del plan de área que estará incluido dentro del PEI, debe tener como prioridad el plano formativo, teniendo en cuenta lo intrínseco y extrínseco del estudiante, objetivos, metas, contenidos y métodos pedagógicos que sean adaptable al entorno y al modelo educativo desarrollado por la institución, de forma que genere un mejor desempeño, rendimiento a nivel educativo y personal en el estudiante.



5. CAPITULO III

INFORME DE LOS PROCESOS CURRICULARES

5.1 DISEÑO

En este apartado se referenciará las actividades que se plantearon para el desarrollo y ejecución de la propuesta con base al diagnóstico realizado y establecido en la institución educativa CER SAN MIGUEL las cuales se desarrollaron a través de guías de trabajo con los estudiantes de los grados de 6 a 11 grado, en estas se aplicó una metodología de acuerdo al modelo educativo “ESCUELA NUEVA” dado la problemática actual por el covid-19 también en conformidad a la necesidad de la institución educativa.

5.2 CRONOGRAMA

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES													
FECHAS	SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1
ACTIVIDADES													
PRESENTACION SUPERVISOR	■												
DIAGNOSTICO	■	■											
DESARROLLO Y PLANTEAMIENTO DE GUÍAS	■	■	■										
DESARROLLO , TUTORIA Y ASESORIA DE LA GUÍA #1			■	■	■	■	■	■	■	■			
DESARROLLO , TUTORIA Y ASESORIA DE LA GUIA #2											■	■	
ESTABLECIMIENTO DE LOS PLANES DE AREA DE 6-11				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

5.3 EJECUCION DE LAS ACTIVIDADES.

ACTIVIDAD #1 GRADO 6-7	ATLETISMO
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA
<p>HABILIDAD TECNICA DE LA PARTIDA DE VELOCIDAD</p> <p>ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco la técnica de la partida de carrera de velocidad y su importancia durante la carrera • Reconozco la importancia de una buena salida de carrera como estructura base para el buen desempeño de la velocidad de salida <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico la técnica de partida de carrera sus variantes y ejecución • Reconozco las diferentes posiciones y función según la modalidad • Desarrolla la capacidad física de la velocidad a través de sus capacidades motrices <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3 EJERCICIOS EN CASA DE ATLETISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> • CORRER EN PUNTA DE PIES: para este ejercicio hacemos una línea y nos ubicamos detrás de ella SIN HACER LA POSICIÓN DE SALIDA ALTA, con nuestros papas un hermano o alguien de tu familia, quien te de las siguientes indicaciones (LISTOS-YA) al escuchar el saldrás corriendo en punta de pie hasta donde puedas. • SALIDA ALTA CON CARRERA EN PUNTA DE PIE tomando como referencia el ejercicio anterior nos ubicamos en posición de salida alta haciendo la mecánica (EN SUS MARCAS, LISTOS, YA) y salimos en carrera para este ejercicio debemos hacer la posición de salida alta y correr en punta de pie 	

<p>ACTIVIDAD #2 GRADO 8-9</p>	<p>FUTBOL</p>																		
<p>DESCRIPCION METODOLOGICA</p>	<p>DESCRIPCION GRAFICA</p>																		
<p>HABILIDAD CONTACTO CON EL BALON ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco las superficies de contacto con el balón de futbol, y la importancia de estas durante el periodo de juego. Reconozco la importancia de saber las superficies de contacto con el balón como parte técnica del buen desarrollo dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico las superficies de contacto con el balón a través de actividades en clase. Reconozco los diferentes tipos de superficie de contacto con el balón y los pongo en practica Desarrolla las capacidades, habilidades y destreza para un buen contacto del balón mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3 ACTIVIDADES DE DESEMPEÑO</p> <ol style="list-style-type: none"> Como primera actividad realizaremos nuestro propio material para la ejecución de nuestra guía, lo primero que aremos es hacer nuestro propio balón o nuestra propia pelota, así que manos a la obra (la podemos hacer con camisas viejas, trapos viejos papel periódico o reciclable) Después de tener echa nuestro implemento pasaremos a realizar e afianzamiento de contacto con las superficies permitidas en el futbol, así que comenzaremos con la cabeza, así que, en ayuda de un familiar o un amigo de tu círculo familiar, quien te lanzara el balón en el aire y tu saltaras o lo recibirás con la 	<table border="1"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">SKIPPING</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">DESPLAZAMIENTOS LATERALES</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">TALONES AL GLUTEO</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																	
SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		



<p>cabeza tratando de devolvérsela a él a las manos.</p> <p>3. También ayuda de un familiar que te habilite o lance la pelota o el balón por el aire y tú lo recibas haciendo contacto solo con el pecho devolviéndoselo nuevamente</p> <p>4. Nuevamente con tu familiar o amigo quien seguirá habilitándote el balón en el aire, tendrás que hacer contacto con el balón con la zona de tu muslo tratando de devolvérsela a el mismo a sus manos</p> <p>5. De nuevo con tu familiar o amigo este realizando el lanzamiento del balón en el aire tu harás contacto con el balón con tus pies y devolviéndole el balón nuevamente</p> <p>ACTIVIDAD #4 Con base a la información proporcionada de las superficies de contacto con el balón y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3</p> <p><u>ACTIVIDAD #5</u> RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION</p>	<p style="text-align: right; font-size: small;">Cursos de imagen</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="font-size: x-small; background-color: #4a86e8; color: white; padding: 2px;">1. Opción para aquellas personas que no poseen facilidades tecnológicas y se les dificulta leer y diligenciar las evidencias fotográficas, deberá hacer un resumen manual de los datos en su libro de trabajo y todas las actividades realizadas en el taller.</p> <p>ACTIVIDAD #5</p> <p style="font-size: x-small;">RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="font-size: x-small;">Responda SI o NO a las siguientes preguntas</th> <th style="font-size: x-small;">SI</th> <th style="font-size: x-small;">NO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="font-size: x-small;">1. ¿Cmo que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?</td> <td style="width: 20px;"></td> <td style="width: 20px;"></td> </tr> <tr> <td style="font-size: x-small;">2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?</td> <td style="width: 20px;"></td> <td style="width: 20px;"></td> </tr> <tr> <td style="font-size: x-small;">3. ¿Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades?</td> <td style="width: 20px;"></td> <td style="width: 20px;"></td> </tr> </tbody> </table> <p style="font-size: x-small; margin-top: 5px;">OBSERVACIONES :</p> <div style="border: 1px solid black; height: 15px; width: 100%;"></div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 5px;"> <tr> <td style="font-size: x-small;">DOCENTE</td> <td style="font-size: x-small;">CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO</td> </tr> <tr> <td style="font-size: x-small;">CONTACTO</td> <td style="font-size: x-small;">320070944 EMAIL: Cristo2005@gmail.com</td> </tr> </table> </div>	Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO	1. ¿Cmo que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?			2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?			3. ¿Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades?			DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO	CONTACTO	320070944 EMAIL: Cristo2005@gmail.com
Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO															
1. ¿Cmo que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?																	
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?																	
3. ¿Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades?																	
DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO																
CONTACTO	320070944 EMAIL: Cristo2005@gmail.com																

<p>ACTIVIDAD #3 GRADO 10-11</p>	<p>SOFTBOL</p>																		
<p>DESCRIPCION METODOLOGICA</p> <p>HABILIDAD FUNDAMENTOS TECNICOS DEL SOFTBOL ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco la técnica de bateo del softbol, y la importancia de estas durante el periodo de juego. • Reconozco la importancia de saber posicionarme para ejecutar correctamente la técnica de bateo. <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico las superficies de contacto con el bate de softbol a través de actividades en clase. • Reconozco los diferentes tipos de superficie de contacto con el bate de softbol y los pongo en practica • Desarrolla las capacidades, habilidades y destreza para una buena ejecución de bateo con el bate de softbol. <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Como primera actividad vamos a hacer nuestro material de práctica, en este caso será nuestro bate de softbol y nuestra pelota, el bate puede ser un palo de escoba no mayor a 90 cm y un pelota no tan pequeña más bien que pueda ser agarrada con la palma de la mano. 2. Para la segunda actividad lo que vamos a realizar es ubicarnos de manera lateral donde podamos tomar el bate de softbol, y frente a nosotros estará posicionada sobre algo a pelota el objetivo será golpear la pelota sin estar en movimiento esta. 3. Como tercera actividad será de la siguiente manera en la mano no dominante tomaremos 	<p>DESCRIPCION GRAFICA</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3"> SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																	
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20SEG INTENSOS																		



el bate y en la otra tomaremos la pelota, (trata de que sea un espacio abierto) con la mano que tienes la pelota deberás lanzarla hacia arriba, debes de calcular que te de tiempo de poder posicionarte con el bate para poder golpear la pelota en plena caída.

4. En ayuda de un amigo que te ayude, vas a tomar la posición para poder impactar la pelota con el bate y la persona que te ayuda va ubicarse a cierta distancia quien te lanzara la pelota a una altura media de forma que tu puedas darle con facilidad



ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada del fundamento técnico del bateo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

ESTADO

República de Colombia
 Departamento Norte de Santander
 Universidad de Pamplona

ACTIVIDAD #4

Una lista de actividades proporcionada del fundamento técnico del bateo y las actividades de desarrollo de desarrollo planteadas en el taller en un espacio de trabajo de 1 hora, con el fin de evaluar el aprendizaje de los estudiantes de la actividad 2 y 3.

ACTIVIDAD #5

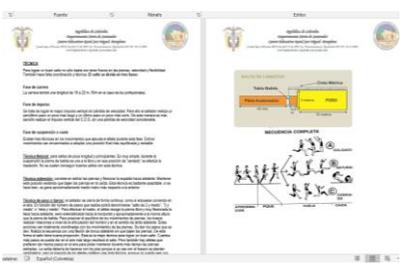
RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. ¿Puedo explicar con claridad los fundamentos técnicos del bateo?		
2. ¿Puedo explicar con claridad las actividades de desarrollo planteadas en el taller?		
3. ¿Puedo explicar con claridad los ejercicios de la actividad 2 y 3?		

OBSERVACIONES:

DOCENTE: DIRECTO(A) / COORDINADOR(A) / PROFESOR(A)

CONTACTO: TELÉFONO / CORREO ELECTRÓNICO

ACTIVIDAD #4 GRADO 6-7	ATLETISMO																													
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																													
<p>HABILIDAD TECNICA EN SALTO LARGO</p> <p>ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco la modalidad de salto largo dentro del atletismo y su desarrollo técnico a través de mis habilidades y destrezas motrices • Reconozco la importancia de la modalidad de salto largo dentro del atletismo como una de sus ramas deportivas, en las cuales puedo desempeñar mis capacidades físicas <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico la técnica de ejecución para aplicación dentro de la modalidad deportiva • Reconozco las diferentes fases para la ejecución correcta del salto largo • Desarrolla la capacidad física de la velocidad y salto a través del acondicionamiento físico <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3 1. Para nuestro primer ejercicio haremos un pequeño esquema de pliometria por estaciones para generar una mayor activación de nuestros músculos y fortalecimiento de estos, el esquema constara de 4 ejercicios los serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saltos a pie junto en punta de pie hacia adelante y hacia atrás • Saltos en zigzag a dos pies en punta de pie • Saltos en escalón a dos pies • Escaladores en escalón <p>2. Para nuestro tercer ejercicio vamos a realizar saltos verticales con desplazamiento frontal de diferentes maneras</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salto en extensión • Salto natural • Salto caminando <p>3. Para nuestro segundo ejercicio vamos a trazar o hacer una línea de un metro o dos metros a lo largo la cual nos</p>	 <table border="1" data-bbox="933 640 1274 1333"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  SENTADILLAS DINAMICAS </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>  MOVIMIENTO ARTICULAR </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>  ESTIRAMIENTO DINAMICO </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN		 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																												
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																													
 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																													

servirá de referencia, nos ubicamos en uno de los extremos de la línea y a pie junto hacemos un pequeño balanceo hacia adelante y hacia atrás que nos permita tener un impulso para poder dar un salto a pie junto lo más lejos posible. Vamos realizar varios intentos antes de comenzar a registrar los mejores saltos que hicimos, recuerda que tomaremos la medida del ultimo pie óseo el que queda más retrasado.

4. Para nuestro cuarto ejercicio vamos a articular todo lo aprendido así que trazaremos una línea a lo largo y ancho, esto lo realizaremos en un espacio amplio que podamos ejecutarlo, la línea que se trace a lo ancho nos indicara que debemos saltar y la línea de lo largo nos indicara la medida del salto que realizamos, vamos a realizar **TRES (3)** saltos haciendo todo el procedimiento de aproximación, pique, vuelo y caída, los cuales deberán registrarlos para la actividad final.

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada sobre la modalidad de salto largo del atletismo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3, recuerda anexar las medidas de tus saltos para para los ejercicios 3 y 4 de la actividad 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

SALTOS	DISTANCIA
SALTO 1	
SALTO 2	
SALTO 3	

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Manejará el 50% de los requisitos programados: SI NO

1. ¿Cómo se le enseñaron los ejercicios de pique y salto?

2. ¿Cómo se le enseñaron los ejercicios de pique y salto, para realizar los saltos?

3. ¿Tiene alguna experiencia o información que permita un mejor desarrollo de los saltos?

DEFINICIONES:

DOCENTE: CRISTO ANTONIO REBOLLO CHAPARRO

CONTACTO: 3030070644 EMAIL: CRISTO@UPAMPLONA.COM

<p>ACTIVIDAD #5 GRADO 8-9</p>	<p>FUTBOL</p>																		
<p>DESCRIPCION METODOLOGICA</p>	<p>DESCRIPCION GRAFICA</p>																		
<p>HABILIDAD CONDUCCION ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco la conducción de balón y la importancia del mismo durante el periodo de juego. Reconozco la importancia de la conducción del balón como habilidad útil dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico el fundamento técnico de la conducción del balón por medio de actividades en clase Reconozco los diferentes tipos de conducción de balón y los pongo en practica Desarrolla la capacidad habilidad y destreza de la conducción del balón mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> como primera actividad ya teniendo la pelota o balón casero que diseñamos con anterioridad en el taller anterior, el cual utilizaremos de nuevo, vamos a plasmar un circuito en cual podemos utilizar zapatos, palos de escoba y una cuerda. Y amos a realizar la conducción del balón con el barde externo del pie derecho y luego con el borde externo del pie izquierdo. manteniendo el mismo circuito que hemos realizado pasamos a ejecutarlo con el borde interno del pie recuerden trabajar ambos pies primero el pie dominante y luego el no dominante de forma que se maneje un equilibrio de lateralidades. manteniendo el mismo esquema del circuito pasamos a desarrollarlo ahora conduciendo el balón con el empeine, recuerda trabajar con tu pie derecho y con tu pie izquierdo. ahora modificaremos el circuito con el objetivo de que realices la conducción del borde interno, externo y empeine dentro del mismo circuito el cual lo repetirás tanto con tu pie derecho como izquierdo 	<table border="1"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3"> </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> <p>Diagram showing a ball control circuit with cones and a circle. The circuit includes three stations: SKIPPING, DESPLAZAMIENTOS LATERALES, and TALONES AL GLUTEO. Each station has a table of repetitions and time.</p> <p>Diagram showing a ball control circuit with cones and a circle. The circuit includes three stations: SKIPPING, DESPLAZAMIENTOS LATERALES, and TALONES AL GLUTEO. Each station has a table of repetitions and time.</p> <p>Diagram showing a ball control circuit with cones and a circle. The circuit includes three stations: SKIPPING, DESPLAZAMIENTOS LATERALES, and TALONES AL GLUTEO. Each station has a table of repetitions and time.</p>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																	
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20SEG INTENSOS																		



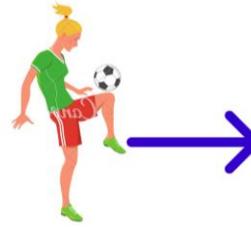
5. para nuestra última actividad tendrás que auto habilitarte llevando o conduciendo el balón con el muslo lo más lejos posible sin dejar caer el balón al piso.

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de la conducción del balón y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION



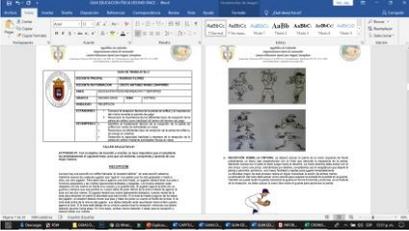
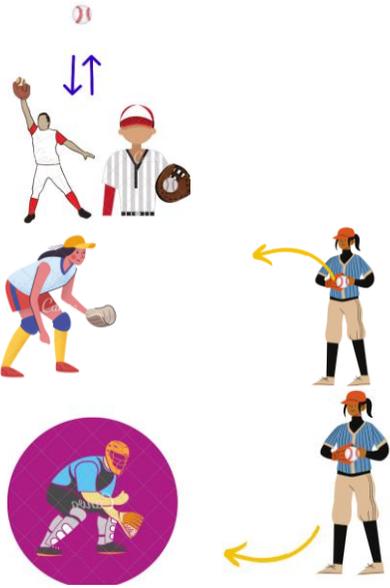
República de Colombia
 Departamento de Santander
 Centro Educativo Rafael Ángel Noguera - Pamplona
 Universidad de Pamplona

ACTIVIDAD #5
 RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. ¿Cree que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, oportuna y útil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y en video, para realizar las actividades, es clara suficiente?		
3. ¿Tiene alguna sugerencia o observación que permita un mejor desarrollo de las actividades?		

OBSERVACIONES: _____

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RABERO CHAPARRO
 CONTACTO: 328676844 | EMAIL: cristo2005@gmail.com

ACTIVIDAD #6 GRADO 10-11	SOFTBOL																													
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																													
<p>HABILIDAD RECEPCIÓN ESTANDARES</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conozco la recepción técnica de la pelota de softbol y la importancia del mismo durante el periodo de juego. 2. Reconozco la importancia de los diferentes tipos de recepción de la pelota de softbol como habilidad útil dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Identifico el fundamento técnico de la recepción de la pelota de softbol por medio de actividades en clase 4. Reconozco los diferentes tipos de recepción de la pelota de softbol y los pongo en practica 5. Desarrolla la capacidad habilidad y destreza de la recepción de la pelota de softbol mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Como primera actividad vamos a auto habilitarnos con la mano dominante lanzamos la pelota unos metros arriba, luego vas a recepcionarla esperándola en la parte alta ósea por encima de tu cabeza, como variante un amigo o un familiar puede tirarnos la pelota lo más alto y tú vas a recepcionarla. 2. Como segunda actividad con un amigo que se ponga enfrente tuyo, el cual va a tener la pelota este va a lanzarnos la pelota a una altura media no superior a la cintura y tu la vas a recepcionar a esa altura. 3. Como tercera actividad vas a recepcionar la pelota que va a ser lanzada de manera rastrera por un amigo o un familiar 	 <table border="1" data-bbox="935 621 1198 1157"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">SKIPPING</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">DESPLAZAMIENTOS LATERALES</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">TALONES AL GLUTEO</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">SENTADILLAS DINAMICAS</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO ARTICULAR</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ESTIRAMIENTO DINAMICO</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> 	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN		ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																												
SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20SEG INTENSOS																													
SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																													
ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																													



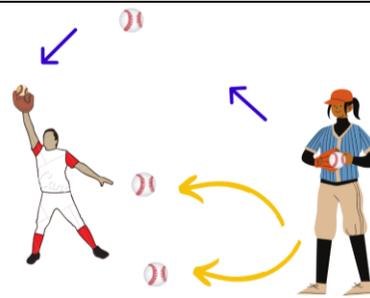
4. Ahora vas a recepcionar la pelota en la dirección que tu amigo o familiar escoja así que tendrás que estar pendiente para poder recepcionarla.

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de la recepción o agarre de la pelota de softbol y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION



2. **Opción para aquellas personas que no poseen facilidades tecnológicas y se les dificulta sacar y adjuntar las evidencias fotográficas, deberá hacer un resumen general de los tipos de salidas y todas las actividades planteadas en el taller**

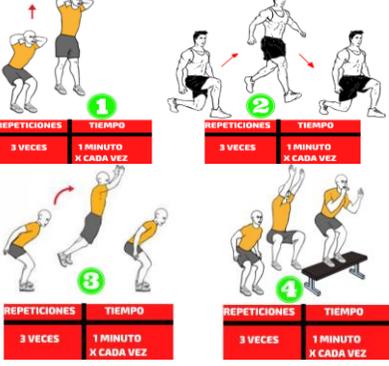
ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. Cree que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades		

OBSERVACIONES:

DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIVANO CHAPARRO		
CONTACTO	3209070644	EMAIL	Cristo26r05@gmail.com

ACTIVIDAD #7 GRADO 6-7	ATLETISMO																													
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																													
<p>HABILIDAD TECNICA EN SALTO TRIPLE</p> <p>ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco la modalidad de salto triple dentro del atletismo y su desarrollo técnico a través de mis habilidades y destrezas motrices Reconozco importancia y ejecución de la modalidad de salto triple dentro del atletismo como una de sus ramas deportivas, en las cuales puedo desempeñar mis capacidades y habilidades físicas <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico la técnica de ejecución para aplicación dentro de la modalidad deportiva Reconozco las diferentes fases para la ejecución correcta del salto triple Desarrolla la capacidad física de la velocidad y salto a través de la preparación física <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <p>1. Para nuestro primer ejercicio haremos un circuito enfatizado a la musculación del tren inferior o de nuestras piernas, basado en 4 ejercicios pliometricos, con el objetivo de fortalecer nuestras piernas y hacerlas más fuertes</p> <ul style="list-style-type: none"> Sentadilla con salto Estocadas con salto Salto frontales a dos pies Salto de cajón (pueden usar una silla como reemplazo del cajón o un escalón de sus casas) <p>2. Para este ejercicio aremos una línea y situándonos detrás de ella comenzamos a saltas de adelante hacia atrás primero con un pie y luego con el otro.</p> <p>3. Para nuestro segundo ejercicio aremos 3 marcas en el piso y dos líneas las cuales nos servirán de referencia para</p>	 <table border="1" data-bbox="938 655 1318 1432"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">SENTADILLAS DINAMICAS </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO ARTICULAR </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ESTIRAMIENTO DINAMICO </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> 	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	DESPLAZAMIENTOS LATERALES 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	TALONES AL GLUTEO 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	SENTADILLAS DINAMICAS 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO ARTICULAR 	3 MIN		ESTIRAMIENTO DINAMICO 	3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																												
SKIPPING 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
DESPLAZAMIENTOS LATERALES 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
TALONES AL GLUTEO 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20SEG INTENSOS																													
SENTADILLAS DINAMICAS 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
MOVIMIENTO ARTICULAR 	3 MIN																													
ESTIRAMIENTO DINAMICO 	3 MIN																													



saber cuándo comenzar a realizar los saltos previos para ejecutar el salto más largo Recordemos que apenas pasemos la primera línea debemos comenzar a saltar de la siguiente manera (derecha-derecha-izquierda) o (izquierda-izquierda, derecha) el cual será el último pie con el cual nos apoyaremos para lograr alcanzar una mayor longitud en el foso de arena.

4. Para nuestro tercer ejercicio encadenaremos la fase de aproximación con los saltos previos al impulso del vuelo y caída

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada sobre la modalidad de salto triple del atletismo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

ACTIVIDAD #5
 RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

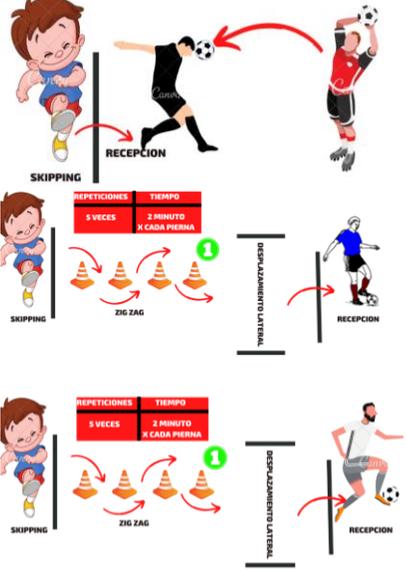
Responda SI o NO a las siguientes preguntas

	SI	NO
1. Como que el estudiante que se ha ubicado en la guía, en clase, entendió y usó para su desarrollo?		
2. La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Siene alguna sugerencia o observación que permita un mejor desarrollo de las actividades?		

OBSERVACIONES: _____

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RIAÑO CHAPARRO

CONTACTO: 3209070644 EMAIL: Cristo2605@gmail.com

ACTIVIDAD #8 GRADOS 8-9	FUTBOL																													
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																													
<p>HABILIDAD RECEPCION ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco la técnica de recepción de balón y la importancia del mismo durante el periodo de juego. • Reconozco la importancia de la recepción del balón como habilidad útil dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico el fundamento técnico del lanzamiento de softbol por medio de actividades en clase • Reconozco los diferentes tipos de lanzamiento de softbol y los pongo en practica • Desarrolla la capacidad habilidad y destreza del lanzamiento de softbol mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Para nuestra primera actividad en compañía de un amigo o un familiar y con la pelota que hicimos de manera manual y casera, la persona que te ayude te lanzara la pelota de manera aérea y tu realizando un skipping bajo vas a parar y vas a recepcionarla con la cabeza sin devolverla 2. vamos a realizar un circuito similar a que hicimos para el taller pasado en el cual hacemos desplazamientos en zig zag y luego después hacemos desplazamiento lateral entre conos al final la persona que está ayudándonos nos pasara el balón de manera rastrera por el piso y lo vamos a recepcionar con el borde interno del pie. 3. ya teniendo el circuito anterior pasamos a realizar recepción con el empeine el balón no lo enviaram a media altura para que así podamos recepcionarlo con el empeine 4. copiando el mismo circuito vamos a realizar la recepción con el muslo 5. realizamos el mismo circuito pasamos a realizar la recepción la planta del pie 	 <table border="1" data-bbox="935 638 1227 936"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">SKIPPING</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">DESPLAZAMIENTOS LATERALES</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">TALONES AL GLUTEO</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">SENTADILLAS DINAMICAS</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO ARTICULAR</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ESTIRAMIENTO DINAMICO</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> 	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN		ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																												
SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20SEG INTENSOS																													
SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																													
ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																													



ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de los tipos de recepción con el balón y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

ACTIVIDAD #5
 RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. Cree que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el vídeo, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades		

OBSERVACIONES :

DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO
CONTACTO	3209070644 EMAIL: Cristo2605@gmail.com

ACTIVIDAD #9 GRADO 10-11	SOFTBOL																																	
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																	
<p>HABILIDAD LANZAMIENTO ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco la técnica de lanzamiento o de pitching de softbol y la importancia del mismo durante el periodo de juego. Reconozco la importancia del lanzamiento o pitching del balón como habilidad útil dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico el fundamento técnico del lanzamiento de softbol por medio de actividades en clase Reconozco los diferentes tipos de lanzamiento de softbol y los pongo en practica Desarrolla la capacidad habilidad y destreza del lanzamiento de softbol mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> para la primera actividad junto con un amigo o un familiar que te ayude y participe de la actividad, tu compañero va a tener en sus manos una caja o un recipiente que te permita meter la pelota que previamente diseñaste para las actividades, que nos permita realizar el lanzamiento de softbol Colocándonos enfrente de nuestro compañero o familiar pasamos a lanzarnos la pelota realizando el movimiento y técnica de lanzamiento de softbol, atrapamos la pelota y la devolvemos con la técnica de lanzamiento Para la tercera actividad vamos tu compañero va a tener posición del bate y tú vas a realizar el lanzamiento el objetivo es lanzarla a una altura apropiada. 	<div data-bbox="954 338 1122 541"> </div> <table border="1" data-bbox="935 543 1338 1339"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3"> SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> SENTADILLAS DINAMICAS </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="2"> MOVIMIENTO ARTICULAR </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2"> ESTIRAMIENTO DINAMICO </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <div data-bbox="935 1373 1305 1598"> </div>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN				 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN			
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20SEG INTENSOS																																	
 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																																	
 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																																	

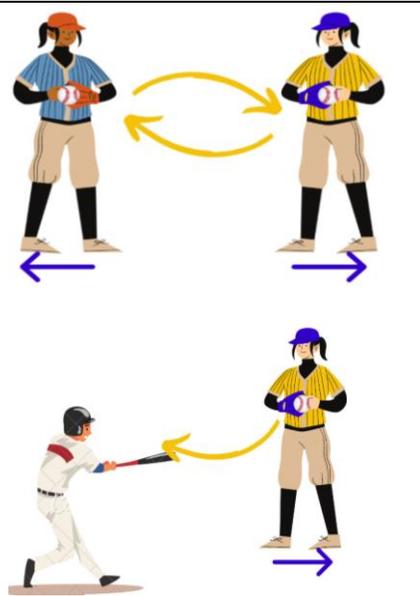


ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada del lanzamiento de softbol y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION



República de Colombia
 Departamento Norte de Santander
 Centro Educativo Rural San Miguel Pamplona
 Creado por el Decreto 0022 de abril 22 de 2007. La Transición: Resolución 00174 de 11 de 2008.
 3127 9000-9040 y 90282 2-4613000100



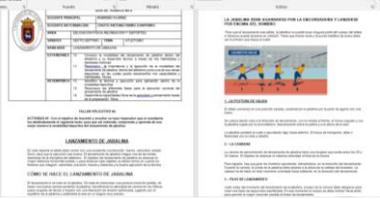
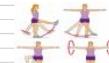
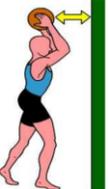
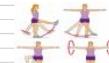
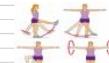
ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. Creo que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el vídeo, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. ¿Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades?		

OBSERVACIONES :

DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO
CONTACTO	3209070644 EMAIL: Cristo26r16@gmail.com

ACTIVIDAD #10 GRADO 6-7	ATLESTISMO																																										
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																										
<p>HABILIDAD LANZAMIENTO DE JABALINA</p> <p>ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco la modalidad del lanzamiento de jabalina dentro del atletismo y su desarrollo técnico a través de mis habilidades y destrezas motrices Reconozco la importancia y la ejecución de la modalidad del lanzamiento de jabalina dentro del atletismo como una de sus ramas deportivas, en las cuales puedo desempeñar mis capacidades y habilidades físicas <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico la técnica y ejecución para aplicación dentro de la modalidad deportiva Reconozco las diferentes fases para la ejecución correcta del lanzamiento de jabalina Desarrolla la capacidades físicas de la velocidad y lanzamiento través de la preparación física <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> Nos ubicamos frente a la pared y con una pelota (puede ser una pelota artesanal hecha con tapo o medias), frente a la pared realizamos lanzamientos contra ella de forma que golpee la pared y revote volviendo a nuestras manos para volverla a lazar, esto con las dos manos por encima de la cabeza Para la siguiente actividad nos ubicamos igual que el ejercicio anterior y lanzamos la pelota contra la pared por encima del hombro con una sola mano y tomamos la pelota después del rebote con una sola mano, bien sea derecha o izquierda. Para este ejercicio nos colocaremos de rodillas y haciendo un arco con nuestro torso nos inclinamos hacia atrás y tratamos de lanzar la pelota lo más lejos posible con una sola mano por encima del hombro 	 <table border="1" data-bbox="938 655 1284 1010"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1014 1341 1161"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  SENTADILLAS DINAMICAS </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1165 1284 1297"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>  MOVIMIENTO ARTICULAR </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1302 1284 1423"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>  ESTIRAMIENTO DINAMICO </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <div data-bbox="938 1459 1177 1732">  <table border="1" data-bbox="941 1669 1177 1732"> <thead> <tr> <th>REPETICIONES</th> <th>TIEMPO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3 VECES</td> <td>1 MINUTO X CADA VEZ</td> </tr> </tbody> </table> </div>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN		MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN		REPETICIONES	TIEMPO	3 VECES	1 MINUTO X CADA VEZ
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																									
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																									
	20 SEG MODERADOS																																										
	20 SEG INTENSOS																																										
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																									
	20 SEG MODERADOS																																										
	20 SEG INTENSOS																																										
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																									
	20 SEG MODERADOS																																										
	20SEG INTENSOS																																										
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																									
 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																									
	20 SEG MODERADOS																																										
	20 SEG INTENSOS																																										
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																									
 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																																										
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																									
 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																																										
REPETICIONES	TIEMPO																																										
3 VECES	1 MINUTO X CADA VEZ																																										



4. Pare este ejercicio nos colocaremos de rodillas y haciendo un arco con nuestro torso nos inclinamos hacia atrás y tratamos de lanza la pelota lo más lejos posible con una sola mano por encima del hombro
5. Para el cuarto ejercicio igual que la actividad anterior vamos a agregarle la fase de carrera donde contemos entres pasos antes de hacer el lanzamiento lo más fuerte y lejos posible

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada sobre la modalidad de lanzamiento de jabalina del atletismo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

REPETICIONES	TIEMPO
3 VECES	1 MINUTO X CADA VEZ

REPETICIONES	TIEMPO
3 VECES	1 MINUTO X CADA VEZ

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada sobre la modalidad de lanzamiento de jabalina del atletismo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas

Pregunta	SI	NO
1. ¿Como se le enseñó que se le aplicó en la guía, en clase, aprendizaje, o al salir de clase?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, le fue suficiente?		
3. ¿Tiene alguna sugerencia o observación que permita un mejor desarrollo de las actividades?		

OBSERVACIONES:

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RIVERO CHAFARRO

CONTACTO: 30927544 EMAIL: Cristo309@gmail.com

ACTIVIDAD #11 GRADO 8-9	FUTBOL																													
<p>DESCRIPCION METODOLOGICA</p> <p>HABILIDAD TIRO A PORTERIA</p> <p>ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco la técnica de tiro a portería y la importancia del mismo durante el periodo de juego. Reconozco la importancia del tiro a portería con el balón como habilidad necesaria y útil dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico el fundamento técnico del tiro a portería por medio de actividades en clase Reconozco los diferentes tipos de tiro a portería y los pongo en practica Desarrolla la capacidades habilidades y destreza del tiro a portería mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <p>1. para la siguiente actividad vamos a desarrollar un circuito para afianzar nuestras habilidades y cualidades motrices en el cual al final de su realización ejecutaremos el tiro razón (tiro rastreo)</p> <p>este circuito lo podemos hacer en la sala de casa o en el patio de la misma, podemos añadir un banco o una caja a donde apuntemos nuestra pelota después de ser golpeada.</p> <p>2. realizamos el circuito que previamente hemos realizado en casa y terminamos ejecutando el tiro a portería de volea y trataremos de darle al banco o a la caja ue hemos dispuesto para la ejecución de la actividad</p> <p>3. volvemos a realizar el circuito y pasamos a ejecutar el tiro de vaselina o englobado para este deberemos patear el balón en la parte as baja con el fin de que esta coja altura al igual ue el ejercicio anterior el objetivo será darle al blanco o a la caja que hemos destinado para ello.</p> <p>4. realizamos nuevamente el circuito y ahora con ayuda de un familiar o amigo que haga la posición de portero, en el</p>	<p>DESCRIPCION GRAFICA</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">SKIPPING</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">DESPLAZAMIENTOS LATERALES</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">TALONES AL GLUTEO</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">SENTADILLAS DINAMICAS</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO ARTICULAR</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ESTIRAMIENTO DINAMICO</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN		ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																												
SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																													
ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																													



momento de realizar de terminar el circuito pasaras a ejecutar el tiro a portería como si fuera un tiro penalti

5. para finalizar realizamos nuevamente el circuito y nuevamente en ayuda de nuestro familiar o amigo, que en el momento que termines el circuito, te enviara el balón de manera aérea y realizaras el tiro a portería con u golpe de cabeza frontal, en este caso trataras de darle al blanco o a de meter la pelota en la caja

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de los tipos de tiro a portería y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

ACTIVIDAD #5

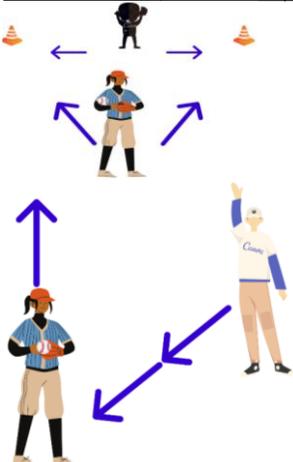
RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas

	SI	NO
1. ¿Cree que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y útil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el vídeo, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia o observación que permita un mejor desarrollo de las actividades		

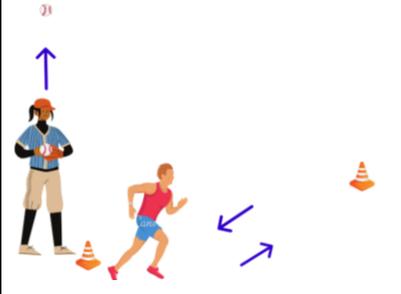
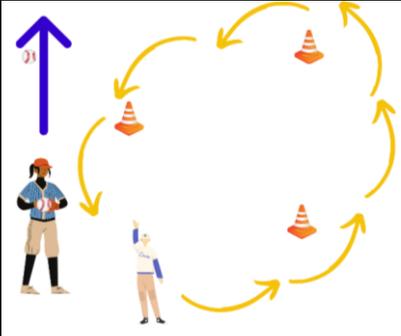
OBSERVACIONES:

DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO		
CONTACTO	3206070544	EMAIL	cris2665@gmail.com

ACTIVIDAD #12 GRADO 10-11	SOFTBOL																													
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																													
<p>HABILIDAD CARRERA DE BASES ESTANDARES</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conozco la técnica de carrera del softbol y la importancia del mismo durante el periodo de juego. 2. Reconozco la importancia de la carrera de softbol como habilidad necesaria y útil dentro del terreno de juego <p>DESEMPEÑOS</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Identifico el fundamento de la carrera de softbol por medio de actividades en clase 4. Reconozco la carrera de softbol y la pongo en practica 5. Desarrolla la capacidad habilidades y destreza de la carrera de softbol mediante actividades físicas en clase <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Como primera actividad será mejorar la velocidad de desplazamiento entre base y base. Primero realizaremos desplazamientos laterales lo más rápido posible, para esto vamos a colocar dos puntos de referencia y en ayuda de un compañero vamos a pararnos en la mitad de los dos puntos de referencia, nuestro compañero lanzara la pelota a uno de los dos lados el objetivo es desplazarnos lo más rápido posible de manera lateral y atrapar la pelota. 2. Vamos a ubicarnos en una posición y nuestro compañero en otra, los dos debidamente distanciados, nuestro compañero tirar la pelota lo más alto posible, nuestro objetivo será llegar a la posición de él lo más rápido posible antes de que atrape la pelota. 	<div data-bbox="933 352 1291 604" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>TALLER APLICATIVO #1</p> <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>CORRIENDO BASES - RUNNING BASES</p> <p>"Correr" a través de las bases es lo que el jugador hace después de que ha bateado la bola. Los jugadores siempre corren alrededor de las bases en dirección opuesta al reloj, como se demuestra aquí. Los corredores de base deben ir siempre hacia la siguiente base que ellos creen que pueden alcanzar antes de ser eliminado con la bola, por la defensa. Y deberán siempre usar sus cascos para proteger sus cabezas, en caso de que sean golpeados por una bola bateda o bateada.</p> </div> <table border="1" data-bbox="933 636 1331 1438"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>  </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>  </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <div data-bbox="933 1438 1226 1900" style="text-align: center;">  </div>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		3 MIN			3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																												
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20SEG INTENSOS																													
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																												
	20 SEG MODERADOS																													
	20 SEG INTENSOS																													
	3 MIN																													
	3 MIN																													



3. Ahora realizaremos un esquema que simulé las tres bases de softbol nuestro compañero va a lanzar la pelota lo más alto posible el objetivo será llegar a la todas las bases posibles antes de que atrapé nuevamente la pelota.
4. Ahora muy similar al ejercicio anterior nuestro amigo tirara la pelota lo mas alto posible vamos a ir lo más rápido posible a cierta posición y volver lo más rápido posible antes de que la atrape



ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de la carrera de bases y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

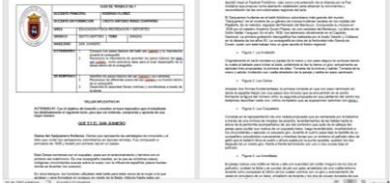
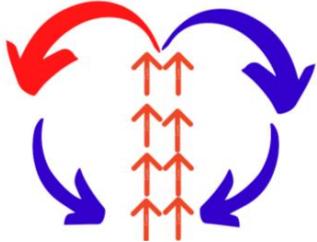
RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

ACTIVIDAD #5
 RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas:	SI	NO
1. Crea que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia o observación que permita un mejor desempeño de las actividades		

OBSERVACIONES:

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RIVERO CHAPARRO
 CONTACTO: 3098070644 | EMAIL: Cristo2005@gmail.com

ACTIVIDAD #13 GRADO 6-11	DANZAS																																
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																
<p>HABILIDAD SAN JUANERO ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco Los pasos básicos del baile san juanero y su importancia durante la coreografía Reconozco la importancia de aprender los pasos básicos del baile san juanero como estructura base para el buen desempeño de la danza dentro de la coreografía <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico los pasos básicos del san juanero y sus variantes Reconozco los diferentes posos del san juanero y su función dentro de la coreografía Desarrolla la capacidad físicas motrices y coordinativas a través de la danza <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> Para el primer paso vamos a realizar la entrada correspondiente ejecutando los pasos básicos del sanjuanero huilense con su música de fondo. Para la segunda actividad que realizaremos en casa nos dispondremos realizar la segunda figura de una pequeña coreografía, que Junto a un familiar en tu casa comenzaras a practicarla, la cual será una figura circular puedes usar la canción del san juanero huilense para sentir más el ritmo y ejecutar con más confianza los pasos del san juanero La siguiente figura que realizará a continuación será tomarse de gancho por la articulación de codo y girar 3 	  <table border="1" data-bbox="933 808 1315 1186"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3"> SENTADILLAS DINAMICAS  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENS OS</td> </tr> <tr> <td> MOVIMIENTO ARTICULAR  </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td> ESTIRAMIENTO DINAMICO  </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="933 1186 1315 1543"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3"> SKIPPING  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> DESPLAZAMIENTOS LATERALES  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> TALONES AL GLUTEO  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> 	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SENTADILLAS DINAMICAS 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENS OS	MOVIMIENTO ARTICULAR 	3 MIN		ESTIRAMIENTO DINAMICO 	3 MIN		MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	DESPLAZAMIENTOS LATERALES 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	TALONES AL GLUTEO 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																															
SENTADILLAS DINAMICAS 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENS OS																																
MOVIMIENTO ARTICULAR 	3 MIN																																
ESTIRAMIENTO DINAMICO 	3 MIN																																
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																															
SKIPPING 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENSOS																																
DESPLAZAMIENTOS LATERALES 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENSOS																																
TALONES AL GLUTEO 	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20SEG INTENSOS																																



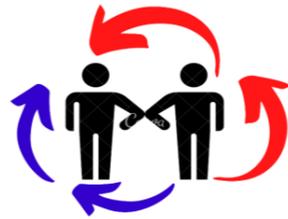
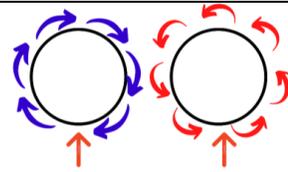
4. veces, por un lado, luego cambiar de brazo y girar tres veces al lado contrario
5. Para el cuarto movimiento de manera individual vamos a realizar la figura de un ocho donde la mujer se dirija hacia un lado y el varón se dirija hacia el otro.
5. Para el ultimo paso y figura nos volvemos a juntar en pareja y vamos a realizar desplazamientos laterales, cuatro pasos a la derecha y cuatro pasos hacia la izquierda.

ACTIVIDAD #4

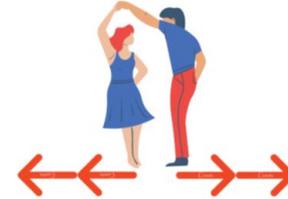
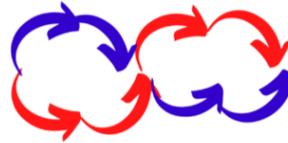
Con base a la información proporcionada de para la danza de san juanero huilense y a las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION



3 veces x cada lado



4 pasos x cada lado

1. ¿Cada una de las personas que se preparan los platos investigará a la vez los platos que se elaboran, a través de internet, revistas, libros, etc. para tener un material de referencia y poderlos utilizar en el taller?

ACTIVIDAD #5

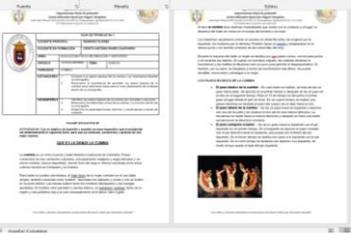
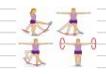
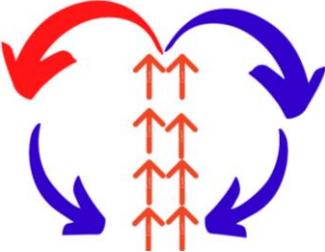
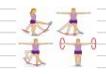
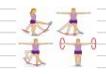
RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. ¿Cada una de las personas que se preparan los platos investigará a la vez los platos que se elaboran, a través de internet, revistas, libros, etc. para tener un material de referencia y poderlos utilizar en el taller?		
2. ¿Cada una de las personas que se preparan los platos investigará a la vez los platos que se elaboran, a través de internet, revistas, libros, etc. para tener un material de referencia y poderlos utilizar en el taller?		
3. ¿Hay alguna sugerencia o observación que permita un mejor desarrollo de las actividades?		

OBSERVACIONES:

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RIVERO CHAPARRO

CONTACTO: 30007644 EMAIL: cristo2005@gmail.com

ACTIVIDAD #14 GRADO 6-11	DANZAS																																	
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																	
<p>HABILIDAD CUMBIA</p> <p>ESTANDARES</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conozco Los pasos básicos de la cumbia y su importancia durante la coreografía 2. Reconozco la importancia de aprender los pasos básicos de la cumbia como estructura base para el buen desempeño de la danza dentro de la coreografía <p>DESEMPEÑOS</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Identifico los pasos básicos de la cumbia sus variantes y ejecución 4. Reconozco los diferentes posos de la cumbia y su función dentro de la coreografía 5. Desarrolla la capacidad físicas motrices y coordinativas a través de la danza <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Para la primera actividad que realizaremos en casa nos dispondremos realizar la primera figura donde saliendo con tu pareja en línea recta haciendo el paso de la cumbia, después de haberse desplazado en línea recta se separan haciendo un corazón como figura. 2. La siguiente figura que realizará a continuación la mujer va quedarse en un punto fijo bailando mientras en hombre la rodea con su sombrero y pañoleta 3. Para el tercer movimiento ahora la mujer de igual forma que el hombre rodeara al hombre abanicando su falda mientras gira 4. Para el ultima paso hacen una figura circular donde el hombre y la mujer se 	 <table border="1" data-bbox="938 625 1276 1310"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  SENTADILLAS DINAMICAS </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENS OS</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">  MOVIMIENTO ARTICULAR </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">  ESTIRAMIENTO DINAMICO </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>  	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENS OS	 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN				 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN			
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20SEG INTENSOS																																	
 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENS OS																																	
 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																																	
 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																																	



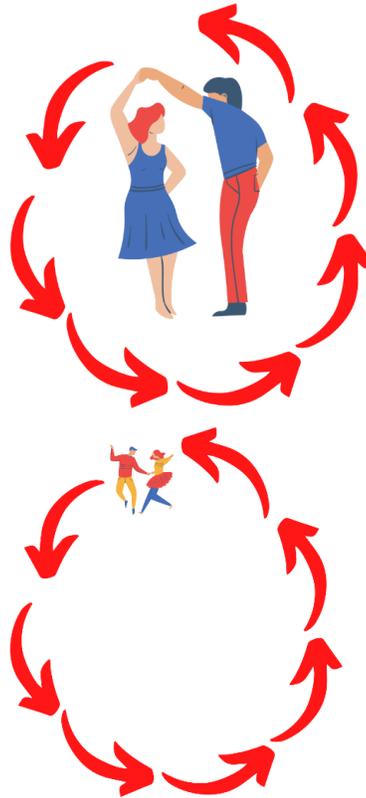
desplazarán mientras el uno corteja al otro con sus miradas

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de para la danza de la cumbia y a las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION



ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de para la danza de la cumbia y a las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

1. Opine para personas personales que no poseen facilidades tecnológicas y se les dificulte acceder a internet las evidencias fotográficas, videos, sobre el momento general de las etapas de la danza y todas las actividades planteadas en el taller

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas

	SI	NO
1. Creer que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y útil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades		

ACTIVIDAD #15 GRADO 6-11	DANZAS																																																			
<p>DESCRIPCION METODOLOGICA</p> <p>HABILIDAD CARRANGA</p> <p>ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco Los pasos básicos de la carranga y su importancia durante la coreografía • Reconozco la importancia de aprender los pasos básicos de la carranga como estructura base para el buen desempeño de la danza dentro de la coreografía <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los pasos básicos de la carranga sus variantes y ejecución • Reconozco los diferentes posos de la carranga y su función dentro de la coreografía • Desarrolla la capacidad físicas motrices y coordinativas a través de la danza <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Para la primera actividad que realizaremos en casa nos dispondremos realizar la primera figura de una pequeña coreografía, que Junto a un familiar en tu casa comenzaras a practicarla, la cual será una figura circular puedes usar la canción de las diabluras de Jorge velosa para sentir más el ritmo para que la ejecutes. 2. La siguiente figura que realizará a continuación será tomarse de gancho por la articulación de codo y girar 3 veces, por un lado, luego cambiar de brazo y girar tres veces al lado contrario 3. Para el tercer movimiento de manera individual vamos a realizar la figura de un ocho donde la mujer se dirija hacia un lado y el varón se dirija hacia el otro. 	<p>DESCRIPCION GRAFICA</p> <table border="1"> <tr> <td>SENTADILLAS DINAMICAS</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG MODERADOS</td> <td>3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG INTENS OS</td> <td></td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO ARTICULAR</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ESTIRAMIENTO DINAMICO</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO</td> <td>CANTIDAD DE TIEMPO</td> <td>REPETICIONES</td> </tr> <tr> <td>SKIPPING</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td>3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG MODERADOS</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG INTENSOS</td> <td></td> </tr> <tr> <td>DESPLAZAMIENTOS LATERALES</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td>3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG MODERADOS</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG INTENSOS</td> <td></td> </tr> <tr> <td>TALONES AL GLUTEO</td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td>3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td></td> <td>20 SEG MODERADOS</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>20SEG INTENSOS</td> <td></td> </tr> </table> <p>3 veces x cada lado</p>	SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES			20 SEG MODERADOS	3 EN TOTAL		20 SEG INTENS OS		MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN					ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN					MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL		20 SEG MODERADOS			20 SEG INTENSOS		DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL		20 SEG MODERADOS			20 SEG INTENSOS		TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL		20 SEG MODERADOS			20SEG INTENSOS	
SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES																																																			
	20 SEG MODERADOS	3 EN TOTAL																																																		
	20 SEG INTENS OS																																																			
MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																																																			
ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																																																			
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																																		
SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																																		
	20 SEG MODERADOS																																																			
	20 SEG INTENSOS																																																			
DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																																		
	20 SEG MODERADOS																																																			
	20 SEG INTENSOS																																																			
TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																																		
	20 SEG MODERADOS																																																			
	20SEG INTENSOS																																																			



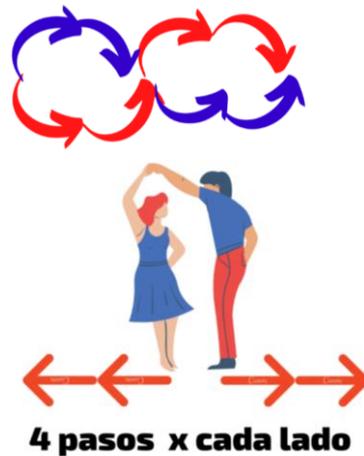
4. Para el ultimo paso y figura nos volvemos a juntar en pareja y vamos a realizar desplazamientos laterales, cuatro pasos a la derecha y cuatro pasos hacia la izquierda.

ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de para la danza de carranga y a las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION



ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

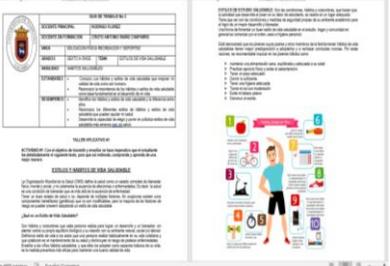
Responda SI o NO a las siguientes preguntas

	SI	NO
1. Como que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, comprensible y fácil de implementar?		
2. La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia o observación que permita un mejor desempeño de las actividades?		

OBSERVACIONES:

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RIANDO CHAPARRO

CONTACTO: 3206070644 | EMAIL: cristo2605@gmail.com

ACTIVIDAD #16 GRADO SEXTO A ONCE	ESTILOS DE VIDA SALUDABLES																																
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																
<p>HABILIDAD HABITOS SALUDABLES ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco Los hábitos y estilos de vida saludable que mejoran mi calidad de vida como ser humano. Reconozco la importancia de los hábitos y estilos de vida saludable como base fundamental en el desarrollo de mi vida <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico los hábitos y estilos de vida saludable y la diferencia entre ellos. Reconozco los diferentes estilos de hábitos y estilos de vida saludable que pueden ayudar mi salud. Desarrolla la capacidad de elegir y poner en práctica estilos de vida saludable más amenos con mi salud. <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <ul style="list-style-type: none"> Para esta actividad vamos a realizar dos circuitos de fuerza los cuales serán por tiempo sin importar la cantidad de repeticiones que en estos se puedan hacer, deberemos de tener en cuenta que los materiales pueden ser cosas pesadas de sus hogares y que les permitan desarrollar la actividad. Recuerda hidratación antes durante y después del ejercicio. Recuerda para cada circuito lo vamos a ejecutar unos 3 veces cada vez que terminemos una vuelta descansamos entre 3 a 5 mn y volvemos a realizarlo Toma los descansos acordes y adecuados después de cada vuelta en cada circuito Usar ropa cómoda durante la actividad física 	 <table border="1" data-bbox="938 659 1328 1058"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1062 1328 1436"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td>MOVIMIENTO ARTICULAR</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ESTIRAMIENTO DINAMICO</td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>CIRCUITO #1 SERIES 4 DESCANSO 2 MN</p> 	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN		ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																															
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENSOS																																
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENSOS																																
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENSOS																																
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																															
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																															
	20 SEG MODERADOS																																
	20 SEG INTENSOS																																
MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																																
ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																																



ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada de los hábitos y estilos de vida saludable y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

DÍA #1
CIRCUITO #2 SERIES 4 DESCANSO 2 MN

PATADA EN CUADRUPEDIA 40 SEG
 JUMPING JACKS 40SEG
 ELEVACION DE PELVIS 40 SEG
 CRUNCH 40SEG
 SKIPPING 40SEG

ACTIVIDAD #5

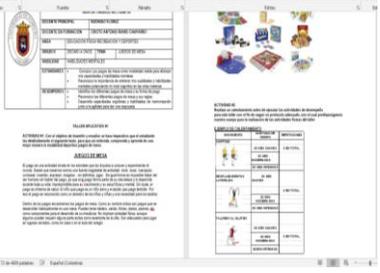
RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas

	SI	NO
1. Como la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y fácil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desarrollo de las actividades		

OBSERVACIONES:

DOCENTE	CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO	
CONTACTO	3209079644	EMAIL: Cristo26105@gmail.com

ACTIVIDAD #17 GRADO SEXTO A ONCE	JUEGOS DE MESA																																						
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																						
<p>HABILIDAD HABILIDADES MENTALES ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> Conozco Los juegos de mesa como modalidad viable para afianzar mis capacidades y habilidades mentales Reconozco la importancia de entrenar mis cualidades y habilidades mentales potenciando mi nivel cognitivo en las otras materias <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico los diferentes juegos de mesa y su forma de juego Reconozco las diferentes juegos de mesa y sus reglas Desarrolla capacidades cognitivas y habilidades de memorización junto a la agilidad para dar una respuesta. <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <p style="text-align: center;">JUGUEMOS DAMAS</p> <p>Para la siguiente actividad vamos a elaborar nuestro propio juego de damas con material reciclado. Materiales: Cajas de cartón, lápices de colores.</p> <p>Instrucciones para la elaboración de nuestro juego de mesa Toma un cartón de 18 x18 cm, deja un margen de 1cm que será el borde del tablero, traza una cuadrícula de 8x8 cuadros, (16x16cm), cada cuadrado debe tener una medida de 2cm por cada uno de sus lados. Una vez tenga la cuadrícula, con pintura o color, colorea alternadamente, ver imagen, elabora tus propias fichas, pinta 12 estrellas o tapitas de un color y doce de otro....ya tenemos nuestro tablero y fichas, ahora a jugar.</p> <p>ARMAR FIGURA</p>	 <table border="1" data-bbox="938 697 1328 1096"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1129 1328 1276"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1285 1328 1411"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>  </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <table border="1" data-bbox="938 1419 1328 1528"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>  </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		3 MIN		MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES		3 MIN	
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																					
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																					
	20 SEG MODERADOS																																						
	20 SEG INTENSOS																																						
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																					
	20 SEG MODERADOS																																						
	20 SEG INTENSOS																																						
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																					
	20 SEG MODERADOS																																						
	20SEG INTENSOS																																						
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																					
	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																					
	20 SEG MODERADOS																																						
	20 SEG INTENSOS																																						
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																					
	3 MIN																																						
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																					
	3 MIN																																						



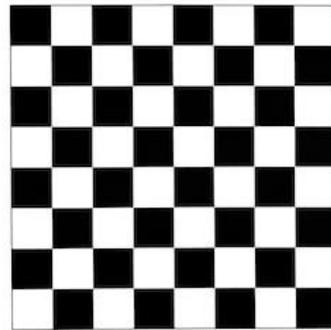
a continuación, luego recorta el cuadro, pégalo sobre un cartón o cartulina, una vez seco, recorta una a una las fichas de tu tangram, cuando ya esté listo intenta construir las figuras que se presentan.

ACTIVIDAD #4

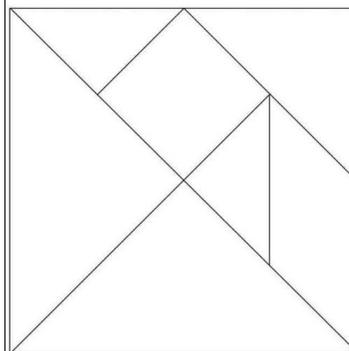
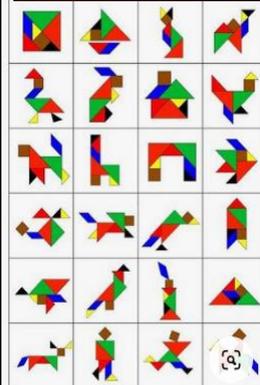
Con base a la información proporcionada sobre la modalidad de juegos de mesa y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3, recuerda anexar las medidas de tus saltos para para los ejercicios 3 y 4 de la actividad 3

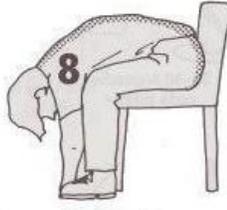
ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION



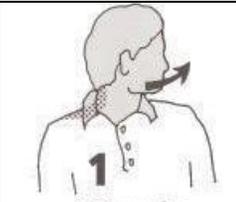
shutterstock.com • 183320222



ACTIVIDAD #18 GRADO SEXTO A ONCE	ERGONOMIA																																	
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																																	
<p>HABILIDAD POSTURA CORPORAL ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco las posturas ergonómicas adecuadas y que debo tener en cuenta en mis periodos de estudio en la época de pandemia. • Reconozco la importancia de tomar una postura ergonómica adecuada que mejore el desempeño y el cuidado de mi salud postural. <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico las posturas adecuadas para una ergonomía correcta en mis periodos de estudio. • Reconozco los diferentes tipos de posturas ergonómicas • Desarrolla la capacidad de aplicar las posturas adecuadas según la ergonomía de mi cuerpo. <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3</p> <p>A continuación, se plantearán una serie de ejercicios a trabajar en casa con el objetivo de concientizar una mejor postura en nuestras áreas de trabajo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sentado cómodamente, relajarse todo lo posible. Cerrar los ojos y cubrirlos totalmente con las manos ahuecadas sin ejercer presión sobre ellos. Los codos pueden apoyarse sobre la mesa o las rodillas. Adoptar una posición relajada de cuerpo y ojos. La práctica mínima aconsejada es de 5 minutos y 3 veces al día. 2. Cabeza quieta y relajada. Mover los ojos hacia arriba y hacia abajo (lo más que se pueda, pero sin hacer esfuerzos excesivos), lenta y regularmente. Se aconseja realizar 5 movimientos en dos series, descansando 3 segundos entre ellos. 	 <table border="1" data-bbox="933 699 1266 1039"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  SENTADILLAS DINAMICAS </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENS OS</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">  MOVIMIENTO ARTICULAR </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">  ESTIRAMIENTO DINAMICO </td> <td>3 MIN</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> 	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS	 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENS OS	 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN				 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN			
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																																
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENSOS																																	
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20SEG INTENSOS																																	
 SENTADILLAS DINAMICAS	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																																
	20 SEG MODERADOS																																	
	20 SEG INTENS OS																																	
 MOVIMIENTO ARTICULAR	3 MIN																																	
 ESTIRAMIENTO DINAMICO	3 MIN																																	



3. Empezar de pie y con los brazos caídos. A continuación, levantar los hombros y, en esa posición, echarlos hacia atrás y bajarlos a la posición inicial. Repetir la acción 10 veces.
4. Igual al anterior, pero en dirección contraria. Echar los hombros hacia atrás, levantarlos, llevarlos hacia delante y bajarlos. Realizarlo 10 veces.
5. Cuerpo recto. Girar la cabeza de izquierda a derecha y de derecha a izquierda lo máximo posible, pero sin forzar el movimiento. Repetirlo 10 veces.
6. Cuerpo recto. Inclinar la cabeza hacia el hombro derecho manteniendo la mirada al frente. Desde esta posición, llevar la cabeza de igual manera al hombro. Se aconsejan 10 repeticiones.



ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada sobre la ERGONOMIA y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda a las 2 preguntas de evidencia fotográfica, sobre base de requisitos generales de toda la guía a todas las actividades planteadas en el taller

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

Responda SI o NO a las siguientes preguntas	SI	NO
1. Cree que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, entendible y útil para su desarrollo?		
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, ha sido suficiente?		
3. Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades		

OBSERVACIONES :

DOCENTE: CRISTO ANTONIO RIANO CHAPARRO

CONTACTO: 3209070644 | EMAIL: Cristo28r05@gmail.com

ACTIVIDAD #19 GRADO SEXTO A ONCE	EL JUEGO																														
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																														
<p>HABILIDAD HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco el juego como una estrategia y herramienta útil para mejorar los patrones de coordinación a través de ellos en mi casa. • Reconozco la importancia del juego como estrategia útil para desarrollar mis habilidades y destrezas físicas. <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los diferentes tipos de juegos que puedo realizar en mi casa en compañía de mis padres o familia. • Reconozco las diferentes tipos de juegos y sus beneficios en tiempos de pandemia. • Desarrolla la capacidad física a través del juego. <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3 1 DADO YOGA Realicemos algo de Yoga, con este yogui- juego sencillo te vas a ejercitar un poco. Necesitas armar el dado pegándolo primero en cartulina, luego recorta y pega, cuando ya tengas tu dado, en grupo con tus familiares, uno lanza el dado y los demás deberán realizar la postura que les corresponda, quien lanza el dado observara a los demás y elige a quien vuelve a lanzar el dado. Se presentan cuatro series de ejercicios, gana quien logre realizar el mayor número de posturas correctamente. No olvides realizar un breve calentamiento antes y un estiramiento cuando termines.</p> <p>ACTIVIDAD #2 RESUELVE LA SOPA DE LETRAS: TIEMPOLIBRE VIDEOJUEGOS DANZA DEPORTE TEATRO PINTURA DIBUJO JUEGODEDAMAS PARQUES DOMINO AJEDREZ MANUALIDADES RECREACION JUEGOSDEMESA TROMPO SICUELA</p>	<p>Tipos de Juegos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Juego Sensorial Le enseña los hechos esenciales de su cuerpo y las cualidades de las cosas del ambiente, con el fin de conocer nuevos sonidos, sabores, olores y texturas. • Juego de Movimiento El juego que se disfruta por sí mismos, comer, saltar y dar vueltas. Estas rutinas son emocionantes y estimulantes, además permiten ejercitar la coordinación corporal. <p>INDIVIDUAL COOPERACIÓN COOPERACIÓN Y OPOSICIÓN</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>SALTO A LA COMBA</td> <td>POLICIAS Y LADRONES</td> <td>BAILAR EL ARO</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>EL PARACAIDAS</td> <td>LA BANDERA</td> <td>SOGA-TIRA</td> </tr> </table> <table border="1"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3"> SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3"> TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table>				SALTO A LA COMBA	POLICIAS Y LADRONES	BAILAR EL ARO				EL PARACAIDAS	LA BANDERA	SOGA-TIRA	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS
SALTO A LA COMBA	POLICIAS Y LADRONES	BAILAR EL ARO																													
EL PARACAIDAS	LA BANDERA	SOGA-TIRA																													
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																													
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																													
	20 SEG MODERADOS																														
	20 SEG INTENSOS																														
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																													
	20 SEG MODERADOS																														
	20 SEG INTENSOS																														
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																													
	20 SEG MODERADOS																														
	20SEG INTENSOS																														

**JUEGOSTRADICIONALES OCIO
JUEGO**

- Recorta pequeños trozos de papel de colores y busca algo de pegamento. Antes de comenzar, te recomendamos que protejas la mesa que hayas elegido como superficie de trabajo. Puedes poner sobre la mesa un mantel viejo o cualquier funda plastificada que te permita limpiar después con facilidad los restos de pegamento.

Sobre una hoja de papel blanca o de color, puedes realizar cualquier dibujo.

- caras
 - formas de animales
 - figuras
 - medios de transporte
- tendrás que rellenar el dibujo pegando los trozos de papel hasta completar la figura.

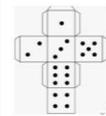
ACTIVIDAD #4

Con base a la información proporcionada sobre LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES de jabalina del atletismo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

SENTADILLAS DINAMICAS		
	20 SEG SUAVES	
	20 SEG MODERADOS	3 EN TOTAL
	20 SEG INTENS OS	
MOVIMIENTO ARTICULAR		
	3 MIN	
ESTIRAMIENTO DINAMICO		
	3 MIN	



ACTIVIDADES

Responde SI o NO a las siguientes preguntas

¿Cada vez que me levanto me hago ejercicios de calentamiento?	SI	NO
¿Cada vez que voy al gimnasio me hago ejercicios de calentamiento?		
¿Cada vez que voy al gimnasio me hago ejercicios de calentamiento?		

OBSERVACIONES:

DOCENTE: CREDITO SANTANDER TORRES COOPERADO
CONTACTO: 320807644 | EMAIL: Creditos@unipam.com

ACTIVIDAD #20 GRADO SEXTO A ONCE	AEROBICOS																		
DESCRIPCION METODOLOGICA	DESCRIPCION GRAFICA																		
<p>HABILIDAD HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES ESTANDARES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conozco sobre los aeróbicos como una estrategia y herramienta útil para mejorar los patrones de coordinación a través de ellos en mi casa. • Reconozco la importancia de los aeróbicos como estrategia útil para desarrollar mis habilidades y destrezas físicas. <p>DESEMPEÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifico los diferentes tipos de aeróbicos que puedo realizar en mi casa en compañía de mis padres o familia. • Reconozco las diferentes tipos • de aeróbicos y sus beneficios en tiempos de pandemia. • Desarrolla la capacidad física a través de los aeróbicos. <p>ACTIVIDAD #1: Con el objetivo de transmitir y enseñar se hace imperativo que el estudiante lea detalladamente el siguiente texto, para que así entienda, comprenda y aprenda de una mejor manera</p> <p>ACTIVIDAD #2 Realizar un calentamiento antes de ejecutar las actividades de desempeño para este taller con el fin de seguir un protocolo adecuado, con el cual predispongamos nuestro cuerpo para la realización de las actividades físicas del taller</p> <p>ACTIVIDAD #3 Para la siguiente actividad vamos a realizar una coreografía básica fácil y sencilla para la cual vamos a aprender una serie de pasos básicos que llevando el ritmo de la música vamos a ejecutar, para esto vamos a tener en cuenta una serie de especificaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Como primera que cada paso debe espetarse 4 veces • Debe ir con el ritmo de la música que escojas • Después de repetir cada paso cuatro veces pasas al siguiente paso y lo haces nuevamente • Puedes repetir la música las veces que seas necesario hasta que termines la coreografía <p>ACTIVIDAD #4</p>	   <table border="1" data-bbox="933 1207 1274 1554"> <thead> <tr> <th>MOVIMIENTO</th> <th>CANTIDAD DE TIEMPO</th> <th>REPETICIONES</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">  SKIPPING </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  DESPLAZAMIENTOS LATERALES </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20 SEG INTENSOS</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">  TALONES AL GLUTEO </td> <td>20 SEG SUAVES</td> <td rowspan="3">3 EN TOTAL</td> </tr> <tr> <td>20 SEG MODERADOS</td> </tr> <tr> <td>20SEG INTENSOS</td> </tr> </tbody> </table>	MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES	 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20 SEG INTENSOS	 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL	20 SEG MODERADOS	20SEG INTENSOS
MOVIMIENTO	CANTIDAD DE TIEMPO	REPETICIONES																	
 SKIPPING	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
 DESPLAZAMIENTOS LATERALES	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20 SEG INTENSOS																		
 TALONES AL GLUTEO	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL																	
	20 SEG MODERADOS																		
	20SEG INTENSOS																		



Con base a la información proporcionada sobre los aeróbicos de jabalina del atletismo y las actividades de desarrollo planteadas realice un breve resumen de todo lo que hallas aprendido de todo lo plasmado en el taller junto a evidencias fotográficas de su trabajo en casa desarrollando los ejercicios de la actividad 2 y 3

ACTIVIDAD #5

RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUCION

	20 SEG SUAVES	3 EN TOTAL
	20 SEG MODERADOS	
	20 SEG INTENSOS	
	3 MIN	
	3 MIN	

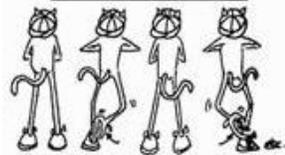
MARCHA



TALÓN



TALONES ARRIBA



RODILLAS ARRIBA



LA V





FONDOS AL LADO

FONDOS ADELANTE

PATADA LATERAL

PATADA AL FRENTE

Elea Montero

ACTIVIDAD #3
RESPONDA LA SIGUIENTE COEVALUACION

Responda **SI** o **NO** a las siguientes preguntas

	SI	NO
1. ¿Cree que la metodología que se ha utilizado en la guía, es clara, comprensible y fácil para los estudiantes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ¿La información suministrada en la guía y el video, para realizar las actividades, es clara suficiente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ¿Tiene alguna sugerencia u observación que permita un mejor desempeño de las actividades?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

OBSERVACIONES: _____

DOCENTE: CRISTO ANTONIO IBÁÑO CHAPARRO

CONTACTO: 3206070644 | EMAIL: Cristo29105@gmail.com



5.4 EVALUACIÓN CUALITATIVA

de acuerdo con la propuesta y establecida para el CER SAN MIGUEL sede simitarigua en la cual se planteaba la estructuración y mejora de los planes de área con el fin de mejorar el canal de educación, se estructuraron actividades acordes con la propuesta y su modelo pedagógico a implementar “escuela nueva” ya que es un modelo propicio para trabajar a nivel de multigrados, mejor flexibilidad académica, permitiendo mejorar los niveles de dificultad según los grados y sobre todo que es adaptable y acorde con el entorno sociocultural del sector educativo y de los estudiantes, tanto la entidad educativa en respaldo del señor rector y el supervisor encargado de la práctica estuvieron abiertos a la reforma, mejoramiento y estructuración de los mismos como base fundamental de la propuesta y que las actividades planteadas fueran acordes al modelo pedagógico “escuela nueva”, cabe plantear que se realizó la estructuración de 20 talleres divididos en tres guías de trabajo de los cuales solo fueron aplicables y evaluables 15 actividades quedando un total de cinco actividades planteadas sin ejecutar pero aprobadas por el supervisor de la práctica, al realizar el establecimiento de guías de trabajo se vio optativo un canal de comunicación el cual era vía WhatsApp para las asesorías y tutorías de las actividades, junto con las evidencias de trabajo en casa y aplicación de los mismos talleres, la creación de página de Facebook donde se compartió video tutoriales de las actividades a realizar por los estudiantes, con el fin de que aquellos estudiantes que pudieran acceder al canal virtual tuvieran un soporte explicativo de los talleres, los que no pudieran acceder podían hacer constancia entregando resúmenes de las actividades programadas.

5.5 RESULTADOS

Teniendo en cuenta la problemática que afectó el 2020 por el covid-19 y las medidas tomadas por el ministerio de salud y de educación al implementar las clases de manera virtual y ver como en esta migración estratégica del sistema educativo, se evidenciaron falencias por instituciones educativas para afrontar esta medida, en la propuesta planteada para el CER SAN MIGUEL se evidenciaron falencias durante su diagnóstico la cual fue el foco central de la ejecución de la propuesta actual, por tanto se dio desarrollo y estructuración de los planes de área de educación física para institución educativa los cuales fueron aprobados y aceptados por el supervisor y el señor rector, en base a este mismo se establecieron actividades acordes al modelo educativo, al sector socio cultural de los estudiantes y a la situación actual del covid-19.

6. CAPITULO IV

ACTIVIDADES INTERINSTITUCIONALES

FECHA	ACTIVIDAD	EVENTO
28 septiembre del 2020	Creación del correo electrónico institucional del CER SAN MIGUEL, junto a la creación de la pagina de Facebook como soporte de video tutoriales y evidencias de la institución educativa	
9 de octubre del 2020	Olimpiadas de matemáticas Aplicadas para los grados de sexto a undécimo la cual se realizó mediante la participación de WhatsApp De manera libre	

13 de noviembre del 2020

Misa bendición de lápices, se realizó con el objetivo de bendecirlo los lápices días antes a la presentación de las pruebas ICFES



Del 29 de septiembre hasta el 1 de diciembre del 2020

Creación de los planes de área de educación física desde el grado sexto a undécimo mediante el modelo educativo escuela nueva



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7.CAPITULO V

FORMATOS DE EVALUACIÓN

AUTO_EVALUACIÓN

**FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL
ALUMNO – MAESTRO**

NOMBRE ESTUDIANTE: Guillermo Antonio Prieto Chaparro
CENTRO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA: CEP SAN MIGUEL
SUPERVISOR DE LA PRÁCTICA: Frédery Fbrey Tolosa

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

ASIGNE: E = EXCELENTE
B = BUENO
R = REGULAR
D = DEFICIENTE
NA = NO APLICA

1. De la Institución de Práctica

- El espacio de trabajo ofrecido por la institución da una buena oportunidad de aprendizaje para los alumnos maestros del área de educación física, recreación y deportes. E
- Se le brindan facilidades administradoras y físicas para el desarrollo de la práctica. E
- El supervisor de la práctica fue un apoyo constante en el desarrollo de la propuesta pedagógica. E
- Se le da la importancia que merece el área de educación física, recreación y deportes en la institución. B
- Los recursos asignados fueron suficientes, adecuados y oportunos. E

2. De la Universidad

- La asignatura de taller pedagógico le dio una pauta general de la práctica profesional. E



- Las asignaturas del plan de estudio visto, le proporcionaron apoyo formativo y complementario en el desempeño profesional. E
- Las asesorías del supervisor de prácticas fueron importantes en el desarrollo de la práctica. E

3. Formación profesional y personal.

- A través de la práctica tuve mayor conocimiento de mis debilidades y fortalezas. E
- La práctica me ayudó a ser autónomo en mis decisiones. E
- Logré un sentido de pertenencia con la institución. E
- Las relaciones personales e interpersonales fueron provechosas y productivas. E
- Los objetivos propuestos se cumplieron a cabalidad. B
- La práctica fue importante en el crecimiento y desarrollo personal y profesional. E

SUGERENCIAS:

FIRMA DEL ALUMNO – MAESTRO: Cristóbal Antonio Picano Chaparro

FECHA: 4-12-2020



COEVALUACIÓN

FORMATO DE EVALUACIÓN PARA EL SUPERVISOR – ASESOR DE PRÁCTICAS

INSTRUCCIONES PARA EVALUAR

ASIGNE: E = EXCELENTE
B = BUENO
R = REGULAR
D = DEFICIENTE
NA = NO APLICA

1. Rol en la Institución

- Pertenencia con la institución
E
- Da a conocer sus inquietudes
E
- Cumple y respeta los conductos regulares
E
- Interactúa y se relaciona con facilidad y adecuadamente
E
- Su presentación personal es acorde a las situaciones de trabajo
E

2. Planeación

- Proyecta estrategias de ejecución con objetivos precisos
E
- Es autónomo en sus decisiones
E
- Visiona y gestiona acciones futuras
E
- Su proyecto de área es acorde con el PEI
E

3. Organización

- Elabora y presenta su proyecto de desarrollo de área
E
- Lleva los diarios de campo-planes de unidad de clase
E



- Su comunicación es fácil y asertiva
 E
- La comunicación requerida es presentada con orden, pulcritud y estética
 E

4. Ejecución

- La metodología propuesta es coherente con su plan de desarrollo
 E
- Es puntual en el cumplimiento de sus obligaciones laborales
 E
- Se integra a los grupos de trabajo con facilidad
 E
- Es líder en desarrollo del trabajo de su área
 E

5. Control

- Hace seguimiento continuo a las actividades desarrolladas
 E
- Soluciona las dificultades encontradas en el desarrollo del proceso
 E

NOMBRE DEL SUPERVISOR:

Rodrigo Florez Toloco

FIRMA DEL ALUMNO MAESTRO:

Cristo Antonio Pizarro Chaparro

FECHA: 4-12-2020



PLAN TEÓRICO INTEGRAL

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

PLAN TEORICO PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Consto Antonio Pardo Chaparro
SUPERVISOR: Rodrigo Flores Tolosa
INSTITUCIÓN: CER San Miguel Sede Cimitarigua
FECHA: 4-12-2020

ACTIVIDADES	PUNTAJE MAXIMO	PUNTAJE OBTENIDO
1 Demuestra dominio científico del tema y del grupo	5	5
2 Unifica criterios y aclara de conceptos y dudas	5	5
3 Emplea y domina el aspecto pedagógico y metodológico	4	4
4 Usa el lenguaje técnico de la materia	2	1
5 Dosifica el tiempo	3	2
6 Lleva el material didáctico	2	2
7 Emplea bien el material didáctico	4	4
8 Emplea bien el tablero y consigna lo principal	4	3
9 Refuerza a sus alumnos	3	3
10 Usa correctamente la respuesta de sus alumnos	3	3
11 Dirige y redirige las preguntas y respuestas de sus alumnos	3	3
12 Usa correctamente el manejo didáctico de la pregunta	3	3
13 Evalúa de acuerdo con el objetivo propuesto	3	3
14 Se cumplió el objetivo	4	4
15 Presentación personal excelente	2	2
TOTAL	50	47

OBSERVACIONES: _____



NOTA PRACTICA INTEGRAL

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Cristo Antonio Ricardo Chaparro
SUPERVISOR: Rodrigo Florez Tolosa
INSTITUCIÓN: CEP San Miguel Sede Cimitarrigva
CURSO: Sexto - OPCI FECHA: 1-12-2020

ETAPAS	%	NOTA ABSOLUTA	%
I. ADMINISTRATIVA	30%	4,5	1,35
II. DOCENTE Y EVALUATIVA	50%	4,5	2,25
III. EXTRACURRICULAR	20%	4,5	0,9
NOTA DEFINITIVA			4,5

OBSERVACIONES ESPECIALES:

ALUMNO - MAESTRO: Cristo Antonio Ricardo Ch.
SUPERVISOR: [Signature]



UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
Facultad de Educación
Departamento de Educación Física, Recreación y Deportes

NOTA DE LA PRÁCTICA INTEGRAL

ALUMNO - MAESTRO: Cristo Antonio Pardo Chaparro
SUPERVISOR: Rodrigo Floríz Tolosa
INSTITUCIÓN: CEK San Miguel Sede Cimitarigua
GRADO SEXTO - ONCE FECHA: 4-12-2020

ETAPAS	OBSERVACIÓN	%	NOTA	%
1 Administrativa		30%	4,5	1,35
2 Docente y Evaluativa		50%	4,5	2,25
3 Actividades extracurriculares		20%	4,5	0,9
	NOTA DEFINITIVA	100%	4,5	4,5

Supervisor: [Signature]
Alumno - Maestro [Signature] Cristo Antonio Pardo Ch.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7.1 CONCLUSIONES

El 2020 fue un año que sin lugar a duda cambio muchos sectores desde la salud, la economía, el transporte y sin excepción el de la educación, en el cual docentes catedráticos y estudiantes nos envueltos en nueva evolución educativa, en la cual adaptarnos y saber sobrellevar este momento fue primordial, con el objetivo de seguir llevando conocimiento a los estudiantes.

durante la ejecución de la propuesta actual, se tuvo en cuenta la problemática por la que se pasaba a nivel mundial, el contexto socio cultural del sector educativo y de los estudiantes como también la solicitud hecha por la institución educativa, la cual era la estructuración de los planes de área de educación física, fue un honor poder haber hecho parte y dejar huella colaborando con un granito de arena para la institución educativa. Los planes de rea se establecieron siendo aprobados por el señor rector y el supervisor encargado de la practica integral, cada actividad fue establecida y planteada según el entorno de los estudiantes y la mejor forma para seguir con el proceso de la enseñanza aprendizaje.



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



7.2 ANEXOS

7.3 DESARROLLO Y ESTRUCTURACIÓN DE LOS PLANES DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA MODELO EDUCATIVO ESCUELA NUEVA

PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

IDENTIFICACION DE AREA

La educación física a lo largo de la historia paso por varios cambios para poder llamarse y situarse como la materia educativa de la actualidad, siendo base de la misma actividad física, ejercicio físico, deporte, recreación, cultura física y salud, organización infantil y juvenil, y uso del tiempo, según el Ministerio de Educación, la educación física se considera un área obligatoria, pues permite que los alumnos desarrollen destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su vida diaria. En general las instituciones educativas han desconocido la importancia de la Educación Física, por ende, se estructura como materia fundamental para el desempeño del estudiante dentro del proceso pedagógico de las instituciones educativas.

Mediante la clase de Educación Física los alumnos pueden desenvolverse, ser creativos y mostrar su espontaneidad como seres que quieren descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento. Puede que casi ninguno de los alumnos sea un deportista de élite, ni el deporte forme parte de su vida. Pero una actividad física adecuada posibilitará que pueda desarrollar plenamente su actividad cotidiana, sin sufrir dolores de espalda mientras trabaja en la oficina, o un incesante cosquilleo en las piernas por problemas de circulación, o unas varices por estar mucho tiempo de pie.

De acuerdo con la Ley 115 de 1994, el área de educación física, recreación y deportes origina uno de los fines de la educación colombiana, una de las áreas fundamentales del currículo (artículo 23) y además constituyendo un proyecto pedagógico transversal (artículo 14). Desde un punto de vista integrador del área se concibe, como unidad, como proceso permanente de formación personal y social, cuya esencia es el sentido pedagógico en función del desarrollo humano. No se trata de un currículo que comprenda de manera aislada el deporte y la recreación pues desde el punto de vista educativo ellos son pilares y se integran en la educación física. A ella corresponde ubicarlos unas veces como medios, otras como fines, otras como prácticas culturales.

Por lo tanto, cuando se habla de educación física, desde la perspectiva de formación humana y social, están contenidos el deporte y la recreación, si bien cada uno puede jugar funciones distintas en el proceso de Formación. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundante de la educación física, el deporte es una práctica cultural que puede



caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto y el significado educativo que se le asigne.

El énfasis en los procesos de formación y el desarrollo de competencias, asigna al deporte, la recreación, el juego, la gimnasia y otras manifestaciones de la educación física el carácter de prácticas culturales que pueden ser medios, objetos, actividades o fines de la acción educativa en donde la multiplicidad y la interrelación son constantes.

JUSTIFICACION

Conforme al diagnóstico realizado al CER SANMIGUEL donde se evidenciaron falencias en los planes de áreas y teniendo en cuenta las recomendaciones de la institución, para realizar la propuesta establecida que tiene como objetivo un mejoramiento estratégico al plan de área de educación física de la institución educativa y por ende propiciar un mejor rendimiento en el desempeño y desarrollo de la enseñanza-aprendizaje de la materia. Se tuvo en cuenta como estrategia la adaptación del entorno sociocultural del estudiante y que esta conlleve a la generación de verdaderas acciones motrices y cognitivas, a su vez el arrojo de resultados en la mejora significativa en la formación académica del estudiante.

En el año de 1994 en Colombia, se dio autonomía a las instituciones para que adaptaran el currículo a su entorno en base a modelos educativos escogidos para la misma, así pues, los docentes encargados de cada área se encargaron de establecer el diseño curricular en cada área, teniendo en cuenta los lineamientos establecidos por MEN.

Por consiguiente, el currículo que se adopte por el establecimiento educativo debe tener en cuenta lo siguiente para poder lograr el objetivo de la enseñanza aprendizaje en los estudiantes:

- ◆ Los fines de la educación, los objetivos de cada nivel y ciclo definidos por la Ley 115 de 1994.
- ◆ Las normas técnicas, tales como estándares básicos de competencias para el currículo en las áreas obligatorias y fundamentales del conocimiento u otros instrumentos para la calidad, que defina y adopte el Ministerio de Educación Nacional.
- ◆ Los lineamientos curriculares expedidos por el Ministerio de Educación Nacional.

Es decir, si los PEI deben tener en cuenta estas directrices para lograr el aprendizaje de los estudiantes, como fue expuesto en la parte del planteamiento del problema y que parafraseo el plan de área “permite al docente tener una idea clara de las capacidades habilidades y destrezas que puede planificar, con el fin de llevar un orden adecuado para el desarrollo de las clases según cada grado”.

Por tanto, el plan de área que es elaborado y establecido por los docentes, se establecerá según criterios y lineamientos, debe tener como finalidad mejorar la calidad de la enseñanza y el aprendizaje en el estudiante, por ello este debe ser algo que funcione en sinergia en pro de un mejor desempeño y rendimiento educativo.



Por lo cual este propósito de readaptar y mejorar el plan de área de los grados de 6 a 11 para el desempeño y desarrollo de la educación física en base al modelo educativo escogido por la institución, se hace necesario para el mejoramiento de la calidad educativa.

En tanto a lo anterior se tuvo en cuenta la importancia que tiene la Educación Física como parte inseparable en el proceso educativo y atendiendo el encargo social que ésta tiene a través del Marco Legal expresado en la Constitución Política de Colombia, el Decreto reglamentario 1860 de 1.994, la resolución 2343 de 1.995, la Ley General de la Educación, Código del menor y la Ley Marco del deporte 181, la declaración de los Derechos del niño, y entendiendo el Currículo como “ La reflexión y toma de decisiones acerca del compromiso ético y político que la educación tiene en una sociedad”, se hace necesario un diseño curricular del Área de Educación Física acorde con las necesidades, intereses y características de los estudiantes del CER SAN MIGUEL para cumplir con el propósito de mejorar la inteligencia corporal: el control de los movimientos físicos propios y la capacidad para manejar objetos con habilidad y así desarrollar una mejor disposición físico mental.

La educación física es un área que desde sus herramientas estratégicas ayuda al mejoramiento de la convivencia, la confianza y la aceptación del otro, a comprender, respetar las normas y reglas, a trabajar en equipo, a disfrutar los triunfos, a aceptar las derrotas. El conocimiento del cuerpo fomenta la autoestima. Los criterios éticos y estéticos del proyecto de vida y crea bases para una formación integral.

OBJETIVO

GENERAL DEL ÁREA

- Propiciar una formación general a través del modelo educativo “ESCUELA NUEVA” con el cual se genere el desarrollo de competencias físico motrices, socio afectivas y perceptivo motrices que propendan por favorecer la práctica recreativa, deportiva y del aprovechamiento del tiempo libre en los educandos como medio propicio para fortalecer la salud preventiva y la interrelación en su cuerpo y mente.

OBJETIVOS

ESPECÍFICOS DEL ÁREA

- Promover la formación y estimular la adquisición de hábitos de ejercitación diaria, higiene, alimentación, descanso y conservación
- del medio ambiente, con la práctica de actividades complementarias.



- La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella, a través del desarrollo de actitudes favorables al conocimiento, valoración y conservación de la naturaleza y el ambiente.
- Mejorar la capacidad coordinativa basada en las posibilidades, dominio y manifestaciones eficientes del movimiento que repercuta en la resolución de problemas en los ámbitos cognoscitivo, motriz afectivo y social.
- La comprensión de la dimensión práctica de los conocimientos teóricos, así como la dimensión teórica del conocimiento práctico y la capacidad para utilizarla en la solución de problemas dentro del contexto de la educación física.
- Fomentar la manifestación de actitudes positivas individuales y grupales, así como la adquisición de valores a partir de actividades que utilicen el movimiento como forma de expresión.
- La apreciación artística, la comprensión estética, la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística y el conocimiento, valoración y respeto por los bienes artísticos y culturales
- La utilización con sentido crítico de los distintos contenidos y formas de información y la búsqueda de nuevos conocimientos con su propio esfuerzo, dentro de La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- Estimular, desarrollar y conservar la condición física del educando a través de la ejercitación sistemática de las capacidades físicas, atendiendo las características individuales del mismo.
- Propiciar la manifestación de habilidades motrices a partir de la práctica de actividades físico – deportivas y recreativas que la permiten el control y el manejo del cuerpo en diferentes situaciones.
- Incrementar las actitudes de respeto, cooperación y confianza en los demás.
- Fortalecer la identidad nacional al practicar actividades físicas – recreativas tradicionales y regionales.



MARCO TEORICO

En el abordaje de la mejora de los planes de área de educación física del CER SAN MIGUEL y cumpliendo con la trazabilidad de los objetivos propuestos dentro de la propuesta que tiene como finalidad un mejor desempeño y desarrollo de la materia según las necesidades y entorno del estudiante, nos centramos en autores como (Álvaro Sicilia Camacho, 2009), el cual nos indica en el artículo realizado por él, donde tomando tres bases para la valoración del mismo, tomo la finalidad el contenido y la metodología que se emplean para el desarrollo y cumplimiento del mismo currículo.

También tendremos en cuenta el abordaje propuesto por (Junal Luis Hernandez Alvarez, 1992) quien nos plantea las finalidades de la educación física dentro del contexto curricular, desde una concepción flexible, en el que se busca una concepción de reflexión, indagación y actuación permitiendo un desarrollo de las capacidades del docente y los estudiantes, junto a la ambientación adecuada del currículo que permita una mejor formación.

Dentro del mismo abordaje a la mejora de los planes de área la metodología escogida para su desarrollo y ejecución, es el método educativo “ESCUELA NUEVA” ya que esta promueve una metodología activa y participativa, tanto en los eventos de formación como para el desarrollo de la práctica pedagógica, con estrategias, materiales interactivos y didácticos que permiten la creación de ambientes que promueven el aprendizaje activo, colaborativo y significativo a partir de la construcción de conocimiento, haciendo, jugando y aprendiendo a aprender, todo ello con la orientación permanente del docente.

Referentes teóricos que respaldan este modelo educativo de los cuales podemos resaltar son el (MEN M. d., 2010) quien nos indica que es un modelo escolarizado de educación formal, con respuestas al multigrado rural y a la heterogeneidad de edades y orígenes culturales de los alumnos de las escuelas urbano – marginales, permite ofrecer los cinco grados de la básica primaria con calidad, atendidos por uno, dos o hasta tres maestros. Por otro lado observamos que dentro del mismo (MEN, 2016) se tiene el programa de fortalecimiento de la cobertura con calidad para el sector educativo rural - PER fase II, el cual se implementa desde el año 2009 como parte de las acciones que adelanta el Ministerio de Educación Nacional para mitigar los problemas que afectan la cobertura y la calidad educativa en zonas rurales ayudando a superar la brecha existente entre la educación rural y urbana. Las acciones se orientan al diseño e implementación de estrategias flexibles que faciliten el acceso de los jóvenes rurales a la educación; y al desarrollo de procesos de formación y acompañamiento a los docentes que les permitan mejorar la calidad, pertinencia y relevancia de sus prácticas, El objetivo del programa es incrementar el acceso con calidad a la educación en el sector rural desde preescolar hasta media, promover la retención de niños, niñas y jóvenes en el sistema educativo y mejorar la pertinencia de la educación para las comunidades rurales y sus poblaciones escolares con el fin de elevar y la calidad de vida de la población rural.

Por otro lado Rafael Flórez Ochoa en un artículo publicado en la revista educación y pedagogía, considera de que el modelo “ESCUELA NUEVA” obedecer a las necesidades de las comunidades rurales campesinas, no solo con relación a las características de territorio disperso sino también



a la atención flexible para aquellos estudiantes que abandonan las aulas para contribuir con el sustento familiar a través de su participación en las actividades de recolección de cosechas, a su vez comprende la necesidad de atender a los infantes en distintas edades y ritmos de aprendizaje que no tienen la posibilidad de acceder a las escuelas urbanas (FLOREZ, 1995).

Por tanto, podríamos definir que el modelo “ESCUELA NUEVA” es una innovación a la educación básica que integra, de manera sistémica, estrategias curriculares, comunitarias, de capacitación, seguimiento y administración, para impactar a niños y niñas, profesores, agentes administrativos, familias y comunidades. Promueve un aprendizaje activo, participativo, cooperativo y centrado en el estudiante, un fortalecimiento de la relación escuela-comunidad y un mecanismo de promoción flexible adaptado a las condiciones y necesidades de la niñez más vulnerable. El modelo Escuela Nueva aporta estrategias, metodologías y recursos para promover efectivamente en los docentes y estudiantes la vivencia y la apropiación de valores ciudadanos, la construcción de conocimientos, las habilidades para la interacción y la convivencia, el desarrollo de liderazgo, el trabajo en equipo, la autonomía, la autorregulación y la autoestima.

ENFOQUE DEL AREA

El enfoque curricular plantea un giro hacia una educación física que exprese lo multidimensional y lo heterogéneo, en función de una acción educativa que corresponda a las exigencias de un nuevo mundo y un nuevo sujeto que tenga en cuenta el entorno sociocultural del estudiante. Que replantee sus conceptos, prácticas y metodologías y los reubique en una perspectiva que atienda los procesos de formación personal y social. De igual forma que potencie hacia nuevas significaciones la dimensionalidad corporal y lúdica del ser humano.

Retomar significativamente la dimensionalidad lúdica y corporal del ser humano plantea una crítica a la forma como se han venido asumiendo estas dimensiones de manera instrumental y parcial, para desarrollarlas en sus relaciones con el mundo de la naturaleza y el mundo de la cultura. Desde este contexto heterogéneo la educación física se reorienta en la perspectiva de superar los dualismos y las separaciones entre lo escolar y lo social, entre las diferentes dimensiones del desarrollo humano, entre las prácticas como medios y las prácticas como fines, para plantear un currículo sobre la dinámica misma, esto es desde procesos de formación.

El sentido humanista pedagógico de la educación física, la recreación y el deporte, en la perspectiva de las orientaciones curriculares, propone que se avance en prácticas pedagógicas que no solo desarrollen habilidades y capacidades físicas o la búsqueda de deportistas competitivos, sino también sujetos felices, libres, protagonistas de sus realidades, que superen las tendencias de exclusión y discriminación para avanzar en los procesos de reconocimiento y valoración de las diferencias y por ende ayuden a fomentar la inclusión al sistema educativo de carácter formal de las poblaciones que por sus características, condiciones y particularidades requieren de una perspectiva diferencial.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



El área de Educación Física, Recreación y Deporte está relacionada con el conocimiento y desarrollo del cuerpo, por lo cual su construcción curricular proviene del interés pedagógico por cultivar las características de la inteligencia corporal o cinestésica y las relaciones entre el manejo del cuerpo y el despliegue de otros procesos cognoscitivos y sociales que permiten enriquecer las conversaciones y prácticas desde un enfoque de desarrollo humano. De esta manera, permite explorar las prácticas corporales que se orientan en los Centros de Interés, así como dialogar con las expectativas, intereses y necesidades del cuerpo y su relación con el contexto, articulados con la intencionalidad pedagógica y comprendiendo la relación entre las manifestaciones corporales y los aprendizajes.

FILOSOFÍA

. El hombre es una construcción social, histórica y cultural que, a través de los procesos de adquisición de ideas, valores y costumbres, forma su concepción del mundo y de él mismo, haciéndola evidente en su actuar cotidiano por medio del desarrollo de la actitud crítica y el perfeccionamiento continuo del conocimiento, por tanto desarrollar en los niños y niñas habilidades motrices básicas que consoliden la memoria motriz y los hábitos de vida saludable, por medio de distintas experiencias lúdicas y recreativas, fortaleciendo el desarrollo de valores y actitudes de convivencia ciudadana que propendan por el bienestar individual y colectivo.

FUNDAMENTOS LEGALES

En los años setenta se consolida la orientación deportiva y la psicomotricidad para la secundaria y la primaria respectivamente. Se fortalecen los juegos escolares, los Intercolegiados, las actividades recreativas y de tiempo libre, que se constituyen como componentes del estímulo y adquieren base legal tanto con la Ley 115 de 1994 como en la Ley 181 de 1995, tendiéndose con ello a la deportividad de la educación física a través de la cual, con la creación en 1971 de Coldeportes, se pretende detectar talentos y futuras figuras de diferentes modalidades deportivas.

A partir de esto la Asociación Colombiana de Profesores de Educación Física genera un replanteamiento pedagógico de la educación física lo que genera una transformación en la década de los noventa que busca generar unas mejores condiciones de ampliación de participación, la igualdad entre las relaciones hombre y mujer y respeto por el ambiente, el crecimiento de la cultura, urbana, etc. que generan unas nuevas condiciones a las cuales tratan de responder los cambios promovidos por la ley 60 de 1993, la Ley 115 de 1994, el Decreto 1860 de 1995 y la Resolución 2343 de 1996.

Como soporte legal, jurídico y tomado por el CER SAN MIGUEL en la normatividad colombiana y mencionados anteriormente las leyes, estatutos, decretos, resoluciones y artículos que hacen parte de esta reforma y mejoramiento a los planes de área de educación física de la institución educativa CER SAN MIGUEL, Ley 115 de 1994 (ley general de educación), esta señala las



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



normas generales para regular el servicio público de educación, donde se estructuran los procesos formativos de a misma, a nivel personal cultural y social, garantizando el cumplimiento de los derechos y deberes educativos. ley 181 de 1995 Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte, de la cual manifestaciones deportivas, recreativas competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. Ya que el deporte y la recreación forman parte de la educación y constituye un gasto público social. Se establece y se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. Art 5 Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, este sita que la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social: con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura., la educación se desarrollará atendiendo a los 13 fines educativos establecidos en la isma ley 115 de 1994 manifiesta, ARTICULO 77. Autonomía escolar. Dentro de los límites fijados por la presente ley y el proyecto educativo institucional, las instituciones de educación formal gozan de autonomía para organizar las áreas fundamentales de conocimientos definidas para cada nivel, introducir asignaturas optativas dentro de las áreas establecidas en la ley, adaptar algunas áreas a las necesidades y características regionales, adoptar métodos de enseñanza y organizar actividades formativas, culturales y deportivas, dentro de los lineamientos que establezca el Ministerio de Educación Nacional. La resolución 2343 de 1946 fue parcialmente por la ley 715 del 2001 dado que los establecimientos educativos elaboran su plan de estudios. Constitución política de Colombia: Art. 27 donde el Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y Art 44 Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Decreto 1860 Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales. Decreto 1290 por el cual se reglamenta la evaluación del aprendizaje y promoción de los estudiantes de los niveles de educación básica y media. Ley 1029 junio 12/2006; Modifica el artículo 14 de la ley 115 de 1994



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



PLAN DE AREA DE EDUCACION FISICA
Grados: Sexto y Séptimo

UNIDAD 1: PATRONES DE LOCOMOCIÓN

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>-Afianzar los patrones de locomoción.</p> <p>-Estimular el desarrollo de la capacidad rítmica relacionada con el ajuste de movimientos ante estímulos auditivos y visuales simultáneos</p> <p>-Identificar y diferenciar las características de la locomoción en las disciplinas elegidas como medio de trabajo</p>	<p>-Formas básicas de locomoción</p> <p>-Coordinación de movimientos</p> <p>-ajuste postural y ubicación temporoespacial</p>	<p>Camino libremente en forma individual, por parejas y en grupos siguiendo las características del patrón maduro de ejecución.</p> <p>Camino transportando elementos de diferente pesos y tamaños con diferentes segmentos corporales sobre diferentes superficies.</p> <p>Corro sobre diferentes superficies a distintas velocidades y direcciones siguiendo las características del patrón maduro de ejecución.</p> <p>Ejecuto saltos con y sin impulso asociados a diferentes gestos deportivos de las disciplinas deportivas como el atletismo, baloncesto voleibol y fútbol.</p> <p>Realizo diferentes formas de rodar asociadas a destrezas deportivas.</p> <p>Ejecuto ejercicios de trepar asociados al trabajo de la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio.</p>	<p>Explicar y ejecutar la forma correcta de Caminar, Correr, Saltar, Trepar en los diferentes deportes.</p> <p>Utilizar el tambor para ejecutar la marcha</p> <p>Utiliza la melodía para establecer un ritmo y patrón coordinado</p>	<p>Manual de convivencia: Expresar ideas y sentimientos</p> <p>Ética y valores: Identificar diferencias y semejanzas de genero</p> <p>Ciencias naturales: Partes del cuerpo que intervienen con el movimiento, sistema muscular, óseo, circulatorio, respiratorio, las articulaciones</p> <p>Ciencias sociales: me ubico según planos y ejes</p>	<p>Cancha multifuncional</p> <p>Silbato</p> <p>Tambor</p> <p>Objetos</p> <p>Balones</p> <p>Parlante</p>	<p>Aplicación de test de patrones motrices.</p> <p>Capacidad para realizar ejercicio en forma continua y a ritmo sostenido.</p> <p>Habilidad para obtener su frecuencia respiratoria y el pulso cardíaco en la ejercitación e interpretarlos.</p>



UNIDAD 2: Voleibol

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVERSALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
Adquirir fortalezas, habilidades y destrezas en su periodo preparativo	Voleibol Guía 5	Diferencia el deporte del voleibol.	Explicaciones	Manual de convivencia: Comprendo que todos los tenemos derechos	Balones, Mallas, Cal,	- Formativa de observación directa.
Desarrollar capacidades y habilidades físicas para la practica del voleibol	actividades recreativas de motivación.	Practica el deporte del voleibol.	Demostraciones	Ética y valores: Comprende las normas.	Canchas, Pitos, Sillas,	- Aplicación de test deportivos.
Ejecutar actividades que ayuden al desempeño y desarrollo del voleibol	Prueba para detectar conductas de entrada	Aplica fundamentos del voleibol	Ejecución por parte de los estudiantes	Ciencias sociales: Identifica las clases de discriminación y maltrato	Textos, Revistas, video <u>bean</u> , computador.	- Exposiciones. - Evaluaciones orales. - Aplicación de reglamento.
	Posiciones básicas para pasar y recibir	Aplica la técnica apropiada del voleibol	Correcciones generales	Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)	Pito	
	Fundamentación de golpe de bolea		Correcciones individuales			
	Fundamentación de golpe de antebrazo		Interpretación de las normas, refranes, estrategias			
	Fundamentos de recepción del balón		Dinámicas de integración			
	Conocimiento de los espacios para la práctica del voleibol		Comentarios dirigidos			
	Juegos pre deportivo.		Elaboración de talleres, <u>guías</u> , <u>laminas</u>			
	Conocimientos teóricos del voleibol.					

UNIDAD 3: Patrones de Manipulación

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>1. Paso elementos variados combinando diferentes distancias, alturas y velocidades.</p> <p>2. Realizo pases asociados con los deportes más comunes del medio.</p> <p>3. Recibo elementos pasados a diferentes velocidades, alturas y distancias.</p> <p>4. Ejecuto recepciones asociadas a destrezas deportivas y laborales.</p> <p>5. Golpeo elementos de diferentes pesos, formas y tamaños con diferentes segmentos corporales controlando la direccionalidad.</p> <p>Realizo golpeos asociadas con los deportes más comunes: fútbol (patear, cabecear), sóftbol (batear), voleibol (sacar).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lanzar - Pasar - Recibir - Empujar - Patear - Rebotar o driblar 	<p>Realizo golpeos asociadas con los deportes más comunes: fútbol (patear, cabecear), sóftbol (batear), voleibol (sacar).</p> <p>Combino el dribling con el control corporal, cambios de dirección y cambios de velocidad.</p> <p>Combino trabajo de coordinación dinámica general, equilibrio y velocidad con la habilidad motriz de patear</p>	<ul style="list-style-type: none"> Explicaciones Demostraciones Ejecución por parte de los estudiantes Correcciones generales Correcciones individuales Dinámicas de integración 	<p>Manual de convivencia: Expresar ideas y sentimientos</p> <p>Ética y valores: Identificar diferencias y semejanzas de genero</p> <p>Ciencias naturales: Partes del cuerpo que intervienen con el movimiento, sistema muscular, óseo, circulatorio, respiratorio, las articulaciones</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pelotas Balones Colchonetas Ula-Ula Conos Espacio amplio Video been computador 	<ul style="list-style-type: none"> Test de capacidades físicas. Trabajo práctico Observación directa

UNIDAD 4: EL ATLETISMO

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del atletismo.</p> <p>Ejecuto técnicamente los ejercicios gimnásticos para el desarrollo de la musculatura anterior y posterior del tronco.</p> <p>Ejecuto técnicamente los ejercicios gimnásticos para el desarrollo de la flexibilidad y fuerza del tronco</p>	<p>Origen del atletismo. Implementos propios del atletismo.</p> <p>Posición del atleta en pista: Baja, media, alta.</p> <p>Posición en los tacos de salida</p> <p>respiración recuperación física.</p>	<p>Diferencia la importancia del atletismo.</p> <p>Práctica el atletismo con fundamentos teóricos y prácticos.</p> <p>Pone en práctica los fundamentos técnicos del atletismo</p> <p>Conoce las diferentes ramas del atletismo</p>	<p>Actividades de integración</p> <p>Dinámicas.</p> <p>Trabajos en grupos e individuales.</p> <p>Trabajo en circuito.</p> <p>Juegos relacionados con deportes de conjunto.</p> <p>Juegos relacionados con actividades o deportes de confrontación individual</p>	<p>Manual de convivencia: Deberes y derechos</p> <p>Ética y valores: Normas y reglas generales</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico Identifico mi región</p> <p>Matemáticas: Comparo Relaciono Medidas de tiempo.</p> <p>Orientación espacial</p>	<p>Sitio adecuado</p> <p>Cintas</p> <p>Meta</p> <p>Carriles</p> <p>Testigos</p> <p>Cronometro</p> <p>Pito</p>	<p>Observación directa</p> <p>Atención</p> <p>ubicación en el tiempo y el espacio</p> <p>desplazamientos</p> <p>modo de relacionarse con los demás</p> <p>caminado</p> <p>equilibrio y estabilidad</p> <p>direccionabilidad</p>

PLAN DE AREA DE EDUCACION FISICA

Grados: Octavo y noveno.

UNIDAD 1: BALONCESTO

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>Sostener las cualidades físicas desarrolladas</p> <p>Identificar y ejecutar los fundamentos técnicos básicos de las diferentes disciplinas como medio de formación integral.</p> <p>Rescatar la práctica deportiva como un medio de integración social y proyección comunitaria</p>	<p>Prueba para detectar conductas de entrada</p> <p>Posiciones básicas del dribling</p> <p>manejo del balón con desplazamiento</p> <p>Posiciones básicas para el pase</p> <p>Pases con desplazamiento</p> <p>lanzamientos</p> <p>Juego predeportivo del baloncesto</p> <p>Conocimientos básicos y teóricos del baloncesto</p>	<p>Mejora sus capacidades físicas en formas jugadas derivadas del baloncesto.</p> <p>Afianza el tono muscular mediante la ejecución de tareas relacionadas con el control corporal y posiciones invertidas.</p> <p>Ejercita los fundamentos técnicos básicos del baloncesto.</p> <p>Mejora la coordinación dinámica general para responder a las exigencias del juego.</p> <p>Ejecuta los fundamentos básicos del baloncesto</p>	<p>Explicaciones</p> <p>Demostraciones</p> <p>Ejecución por parte de estudiantes</p> <p>Correcciones generales</p> <p>Correcciones individuales</p> <p>Aplicación de reglamento</p> <p>Comentarios dirigidos</p> <p>Presentación de videos</p>	<p>Manual de convivencia: Deberes y derechos</p> <p>Ética y valores: Normas y reglas generales</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico</p> <p>Identifico mi región</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)</p> <p>Orientación espacial</p>	<p>Cancha multifuncional</p> <p>Balones de baloncesto</p> <p>Pito</p> <p>Tv videos</p>	<p>Observación directa</p> <p>Atención</p> <p>ubicación en el tiempo y el espacio</p> <p>desplazamientos</p> <p>modo de relacionarse con los demás</p> <p>caminado</p> <p>equilibrio y estabilidad</p> <p>direccionalidad</p>



UNIDAD 2: EL JUEGO

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos.</p> <p>Identificar y ejecutar los fundamentos técnicos básicos de las diferentes disciplinas como medio de formación integral.</p> <p>Rescatar la práctica deportiva como un medio de integración social y proyección comunitaria</p>	<p>GUIA 2</p> <p>EL JUEGO</p> <p>1. Definición de juego.</p> <p>2. Clases de juego.</p> <p>3. Diferencia entre juego y deporte.</p> <p>4. Juego de mesa.</p> <p>5. Juego de Salón.</p> <p>6. Juego al aire libre.</p> <p>7. Reglamento de los juegos.</p> <p>8. Juegos tradicionales</p>	<p>Identifica las clases de juego</p> <p>Utiliza adecuadamente los juegos para recrearse</p> <p>Diferencia los juegos de los deportes.</p>	<p>Explicaciones</p> <p>Demostraciones</p> <p>Ejecución por parte de estudiantes</p> <p>Correcciones generales</p> <p>Correcciones individuales</p> <p>Aplicación de reglamento</p> <p>Comentarios dirigidos</p> <p>Presentación de videos.</p>	<p>Manual de convivencia: Deberes y derechos</p> <p>Ética y valores: Normas y reglas generales</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico</p> <p>Identifico mi región</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)</p> <p>Orientación espacial</p>	<p>Dominó, Ajedrez, parques, dama china, Barajas, Mesa, Papel, Textos, elementos fabricados por los estudiantes, Video vean, computador,</p>	<p>Trabajo individual.</p> <p>Trabajo en grupo.</p> <p>Formación en diferentes posiciones.</p> <p>Mesa redonda.</p> <p>Exposiciones.</p> <p>Trabajo práctico.</p>

UNIDAD 3: EL FUTBOL

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p>	<p>Prueba para detectar conductas de entrada</p> <p>Golpear y patear el balón con diferentes segmentos corporales</p> <p>Golpear y patear el balón en movimiento</p> <p>Pasar y recibir el balón con o sin desplazamiento</p> <p>Familiarización con el campo de juego</p> <p>Juegos recreativos y predeportivos de futbol</p> <p>Juegos combinando patrones de locomoción</p> <p>Fútbol como juego predeportivo</p>	<p>Utilizar el futbol como medio de desarrollo y Formación de valores.</p> <p>Practicar ejercicios de fundamentos técnicos de futbol.</p> <p>Mejorar la coordinación óculo-pédica y el dominio de los miembros inferiores aplicándola al juego.</p> <p>Mejorar habilidades y destrezas en la práctica del futbol</p> <p>Adquirir mejoramiento técnico en la ejecución y práctica de los fundamentos vistos.</p> <p>Conocer y aplicar en la práctica cada una de las reglas que rigen este deporte.</p>	<p>Explicaciones</p> <p>Demostraciones</p> <p>Ejecución por parte de estudiantes</p> <p>Correcciones generales</p> <p>Correcciones individuales</p> <p>Aplicación de reglamento</p> <p>Comentarios dirigidos</p> <p>Presentación de videos.</p>	<p>Manual de convivencia: Deberes y derechos</p> <p>Ética y valores: Normas y reglas generales</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico Identifico mi región</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.) Orientación espacial</p>	<p>Cancha</p> <p>Balones de futbol</p> <p>Conos</p> <p>Pito</p> <p>Cronometro</p>	<p>Observación directa</p> <p>Atención</p> <p>ubicación en el tiempo y el espacio</p> <p>desplazamientos</p> <p>modo de relacionarse con los demás</p> <p>caminando</p> <p>equilibrio y estabilidad</p> <p>direccionalidad</p>

UNIDAD 4: La Danza y la expresión rítmica

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
Realiza actividades motrices de acuerdo a su desarrollo corporal, condición física, técnica y lúdica motriz a través de preparación física, ritmo y danza.	Expresión rítmica. El bambuco La cumbia	Reconozco la importancia del folklor colombiano Contribuyo al mejoramiento de la expresión rítmica a través de la danza	Explicaciones Demostraciones Ejecución por parte de estudiantes	Manual de convivencia: Deberes y derechos Ética y valores: Normas y reglas generales	Espacio adecuado Trajes Videos de coreografías	Observación directa Atención, ubicación en el tiempo y el espacio, desplazamientos, modo de relacionarse con los demás.
Participa en actividades rítmicas y juegos manifestando valores personales e interacción social	Mapalé La Guaneña El joropo	Practico los bailes enseñados Me integro con facilidad a los grupos de trabajo mediante el baile	Correcciones generales Correcciones individuales Aplicación de coreografías Presentación de videos.	Ciencias sociales: Me ubico Identifico mi región Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.) Orientación espacial	Tv	Realización de coreografías
Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades de ritmo y expresión corporal en mi tiempo libre						
Lidero la organización dirección de las actividades rítmicas, y de expresión corporal en mi ambiente familiar interinstitucional						

PLAN DE AREA DE EDUCACION FISICA
 Grados: DECIMO Y ONCE

UNIDAD 1: Deportes de conjunto FUTSALA



ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>Selección técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.</p> <p>Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes de conjunto y decido acciones efectivas para resolver situaciones del juego.</p> <p>Reconozco el valor del fútbol como deporte y su impacto en la actividad física como parte de mi formación.</p>	<p>reglamento</p> <p>Conducción y dribling</p> <p>Pase y remate</p> <p>Dominio del balón.</p> <p>Maniobras técnicas.</p> <p>Aplicación de los principios de juego.</p>	<p>1. Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas del fútbol.</p> <p>2. Ejecuto adecuadamente el drible y los pases.</p> <p>3. Ejecuto adecuadamente la parada del balón con la planta del pie, el muslo, el pecho y otras partes del cuerpo.</p> <p>4. Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del fútbol.</p>	<p>Orientación docente empleando el material didáctico y los espacios adecuados para el apropiamiento de los conceptos por parte del alumno.</p> <p>Aplicación de los conceptos adquiridos.</p> <p>Prácticas deportivas.</p> <p>Consultas.</p>	<p>Manual de convivencia: Comprendo que todos los tenemos derechos</p> <p>Ética y valores: Comprende las normas.</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)</p> <p>Orientación espacial</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico según el espacio y tiempo</p> <p>Identifico mi región</p>	<p>Balones</p> <p>Pitos</p> <p>Aros</p> <p>Conos</p> <p>Porterías</p> <p>Mallas</p> <p>Platillos</p>	<p>Analizar su participación en juegos y deportes.</p> <p>Relacionar sus habilidades con sus conocimientos.</p> <p>Participar activamente en las actividades programadas.</p> <p>Respetar a sus compañeros y las normas establecidas.</p>



UNIDAD 2: Deportes de conjunto VOLEIBOL



ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>Aprendo la técnica del movimiento del voleibol para su ejecución.</p> <p>Comprendo el nivel de exigencia técnico táctico del voleibol, con el fin de resolver situaciones y acciones del juego.</p> <p>Reconozco la importancia de aprender la técnica y la táctica del deporte de voleibol para el correcto el desempeño en el mismo.</p>	<p>El reglamento</p> <p>Posiciones básicas para pasar y recibir.</p> <p>La recepción.</p> <p>El saque o servicio.</p> <p>Formas jugadas.</p> <p>El ataque.</p> <p>El bloqueo</p> <p>Formas jugadas del voleibol</p>	<p>Conceptualizo apropiadamente acerca del voleibol.</p> <p>Ejecuto adecuadamente el golpe de dedos y el golpe de antebrazos.</p> <p>Ejecuto adecuadamente el bloqueo y el remate.</p> <p>Ejecuto adecuadamente el saque y la rotación.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del voleibol.</p>	<p>Orientación docente empleando el material didáctico y los espacios adecuados para el apropiamiento de los conceptos por parte del alumno.</p> <p>Grupos de Trabajo.</p> <p>Prácticas deportivas.</p> <p>Consultas.</p>	<p>Manual de convivencia: Comprendo que todos los tenemos derechos</p> <p>Ética y valores: Comprende las normas.</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)</p> <p>Orientación espacial.</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico según el espacio y tiempo</p> <p>Identifico mi región</p>	<p>Balones,</p> <p>Mallas, Cal,</p> <p>Canchas,</p> <p>Pitos, Sillas,</p> <p>Textos,</p> <p>Revistas,</p> <p>video bean.com</p> <p>computador.</p> <p>Pito</p>	<p>Analizar su participación en juegos y deportes.</p> <p>Relacionar sus habilidades con sus conocimientos.</p> <p>Participar activamente en las actividades programadas.</p> <p>Respetar a sus compañeros y las normas establecidas.</p>



UNIDAD 3: Deportes de conjunto SOFTBOL en mejora



ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>-entiendo la importancia del voleibol como deporte de conjunto y la capacidad que tiene para desarrollar mis habilidades y destrezas físicas y mentales</p> <p>-Aprendo técnicas y movimientos para perfeccionar mi ejecución durante el juego de voleibol.</p> <p>- Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes de conjunto y decido acciones efectivas para resolver situaciones del juego.</p>	<p>-Reglamento de softbol</p> <p>-Carrera</p> <p>-Fildeo abajo-arriba.</p> <p>-Pases</p> <p>-Recepción</p> <p>-Bateo</p> <p>-Picheo</p> <p>-Cacheo</p> <p>-Juego</p>	<p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas del softbol.</p> <p>Ejecuto adecuadamente recepción</p> <p>Ejecuto adecuadamente los diferentes tipos bateo y la carrera</p> <p>ejecuto correctamente los diferentes tipos de lanzamiento</p> <p>Manifiesto una buena disciplina y trabajo en equipo durante el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del softbol.</p>	<p>Orientación docente empleando el material didáctico y los espacios adecuados para el apropiamiento de los conceptos por parte del alumno.</p> <p>Aplicación de los conceptos adquiridos.</p> <p>Prácticas deportivas.</p> <p>Consultas.</p>	<p>Manual de convivencia: Comprendo que todos los tenemos derechos</p> <p>Ética y valores: Comprende las normas.</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)</p> <p>Orientación espacial.</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico según el espacio y tiempo</p> <p>Identifico mi región</p>	<p>Bate</p> <p>Guante</p> <p>Bases</p> <p>Protección</p> <p>Gorras</p>	<p>Analizar su participación en juegos y deportes.</p> <p>Relacionar sus habilidades con sus conocimientos.</p> <p>Participar activamente en las actividades programadas.</p> <p>Respetar a sus compañeros y las normas establecidas.</p>

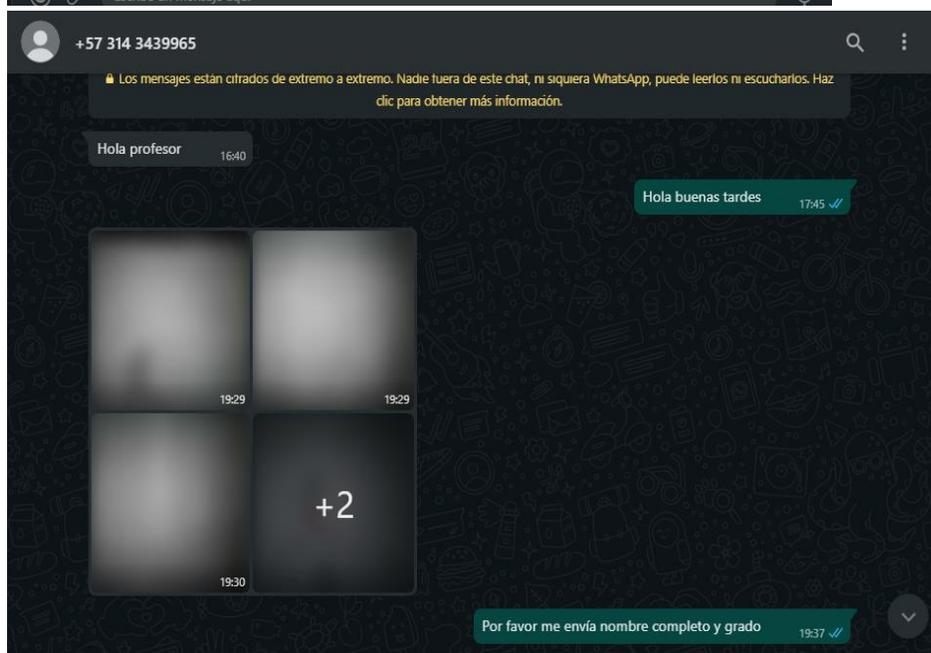
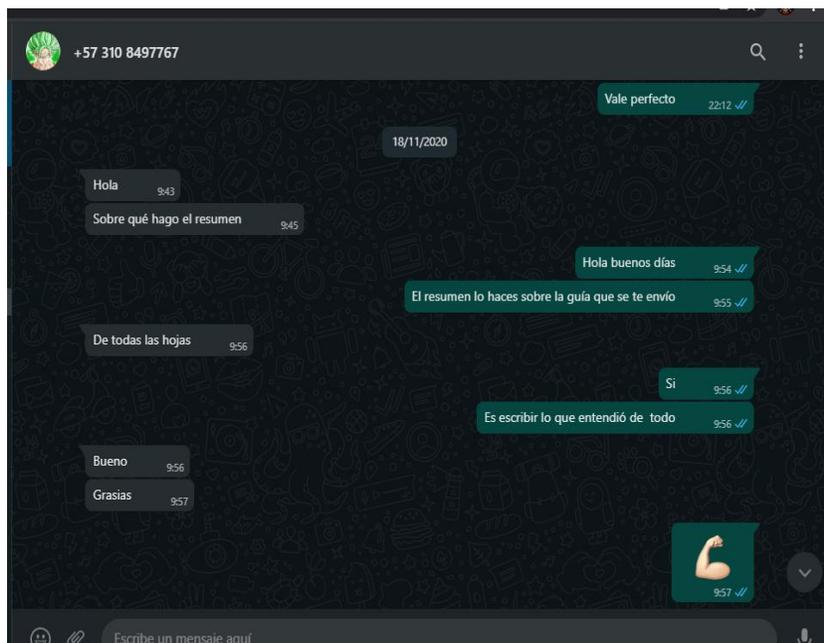


UNIDAD 4: Deportes de conjunto BALON MANO

ESTANDARES	EJES TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	TRANSVER SALIDAD	RECURSOS	ESTRATEGIAS DE EVALUACION
<p>-entiendo la importancia del softbol como deporte de conjunto y la capacidad que tiene para desarrollar mis habilidades y destrezas físicas y mentales</p> <p>-Aprendo técnicas y movimientos para perfeccionar mi ejecución durante el juego de voleibol.</p> <p>- Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica del softbol como deporte de conjunto y decido acciones efectivas para resolver situaciones del juego.</p>	<p>-Reglamento</p> <p>-Recepción</p> <p>-Pase</p> <p>-Saque de Banda</p> <p>-golpe franco</p> <p>-dribling</p> <p>-Defensa</p> <p>-táctica</p>	<p>Conceptualizo apropiadamente acerca del Balonmano.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el Dribling, los pases, el saque, el ataque, el bloqueo, el Penalti y el golpe franco.</p> <p>Manifiesto un buen trabajo interpersonal con mis compañeros durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del Balonmano.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.</p>	<p>Orientación docente empleando el material didáctico y los espacios adecuados para el apropiamiento de los conceptos por parte del alumno.</p> <p>Aplicación de los conceptos adquiridos.</p> <p>Prácticas deportivas.</p> <p>Consultas.</p>	<p>Manual de convivencia: Comprendo que todos los tenemos derechos</p> <p>Ética y valores: Comprende las normas</p> <p>Matemáticas: Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.)</p> <p>Orientación espacial</p> <p>Ciencias sociales: Me ubico según el espacio y tiempo</p> <p>Identifico mi región</p>	<p>balón</p> <p>aros</p> <p>conos</p> <p>platillos</p> <p>portería</p> <p>mallas</p> <p>cronometro</p> <p>pito</p>	<p>Analizar su participación en juegos y deportes.</p> <p>Relacionar sus habilidades con sus conocimientos.</p> <p>Participar activamente en las actividades programadas.</p> <p>Respetar a sus compañeros y las normas establecidas.</p>



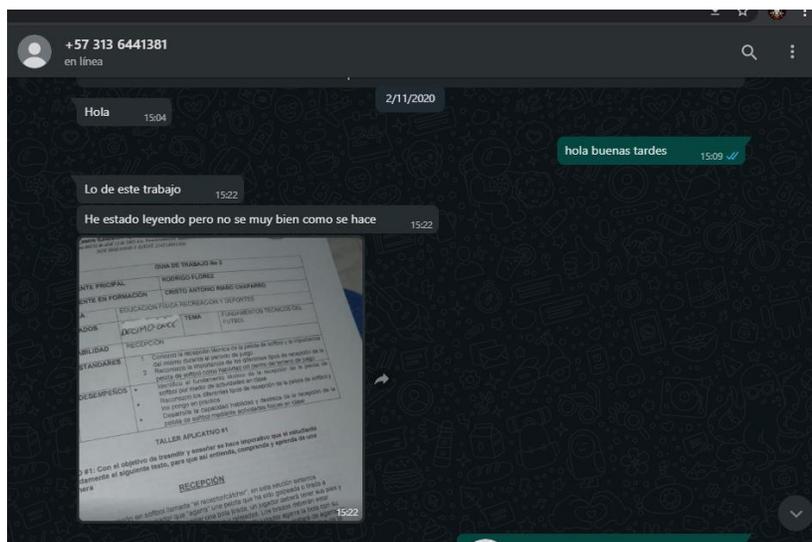
7.4 EVIDENCIAS CAPTURES Y FOTOGRAFIAS DE LAS ASESORÍAS Y TUTORÍAS





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



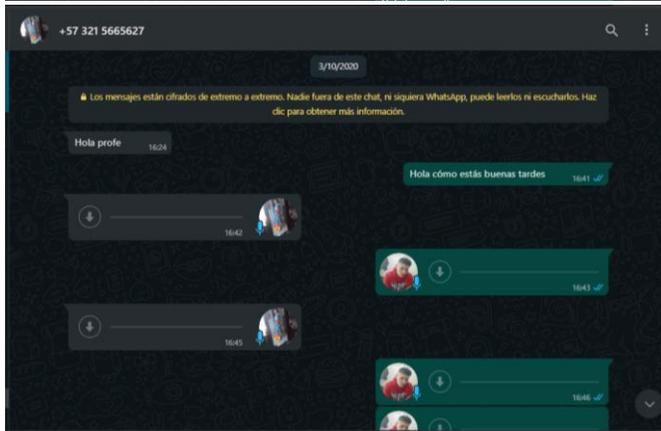
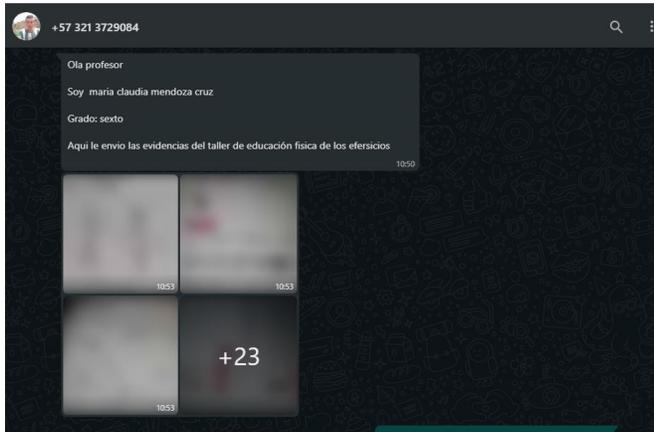
"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



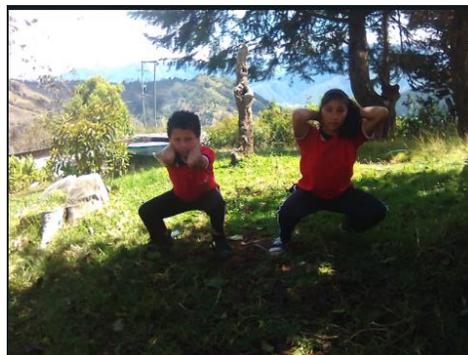
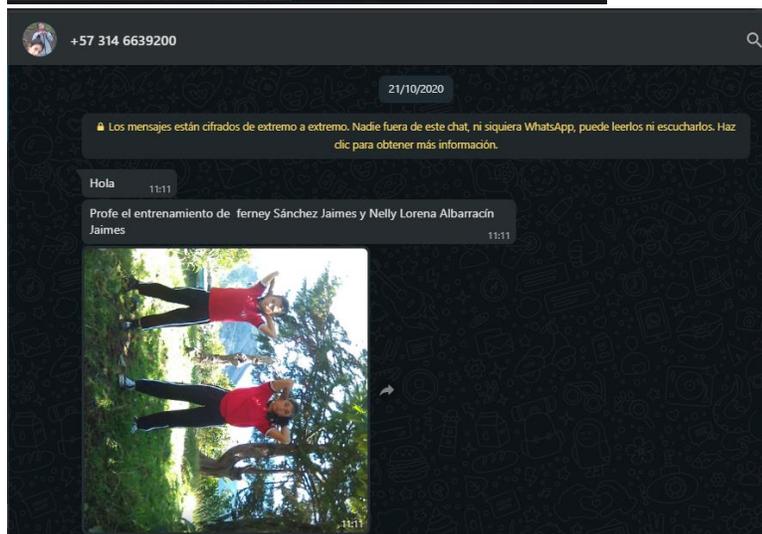
ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

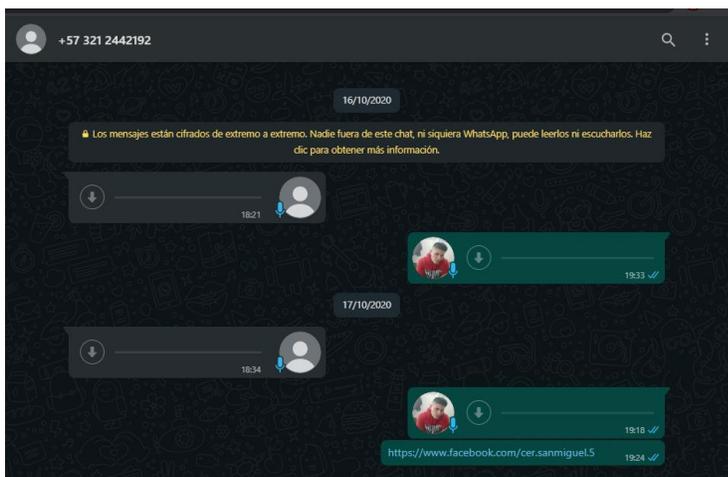
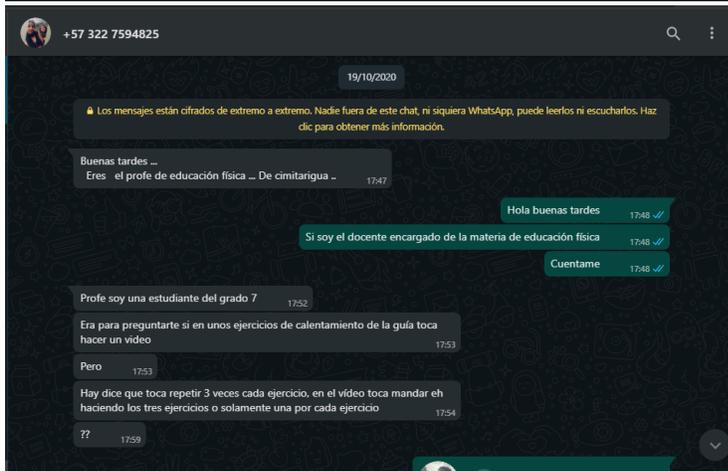
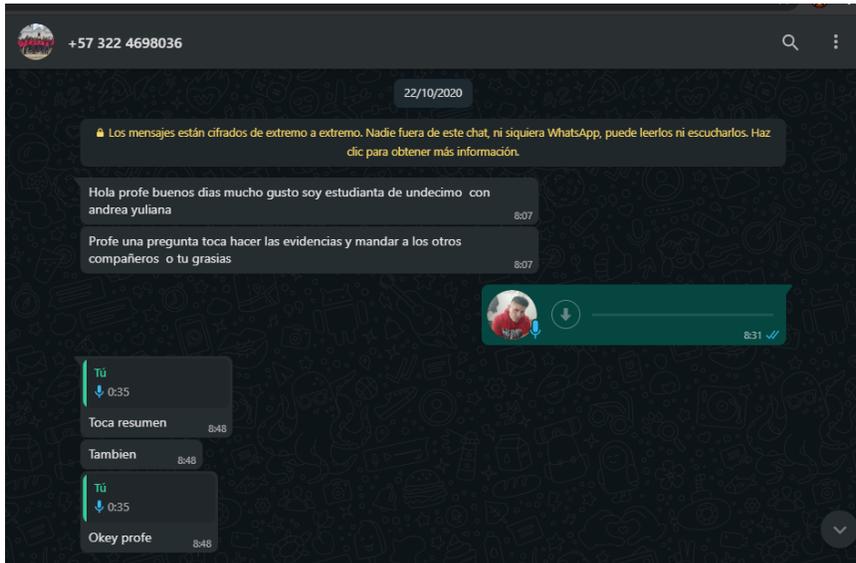
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750





ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



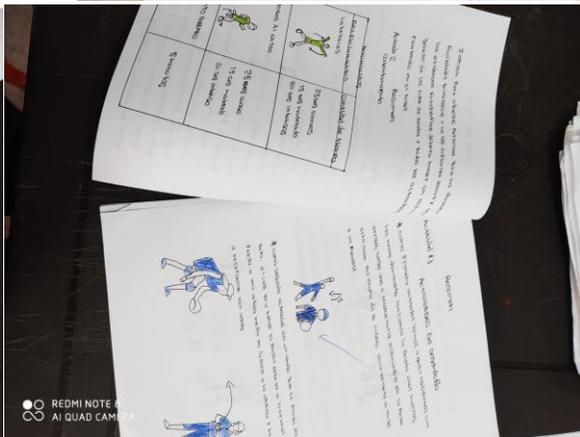
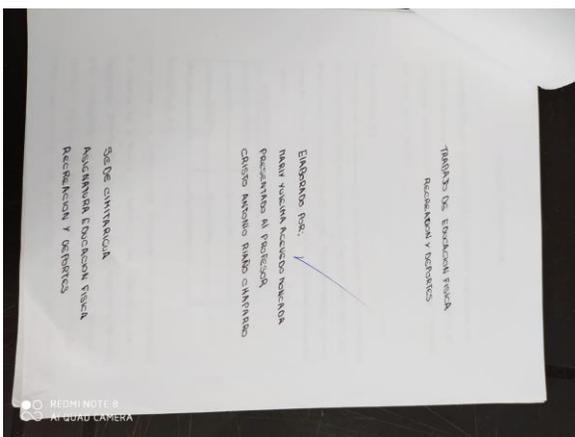
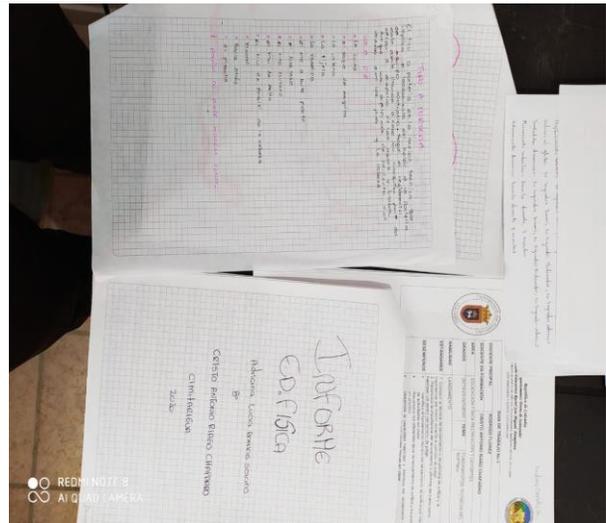
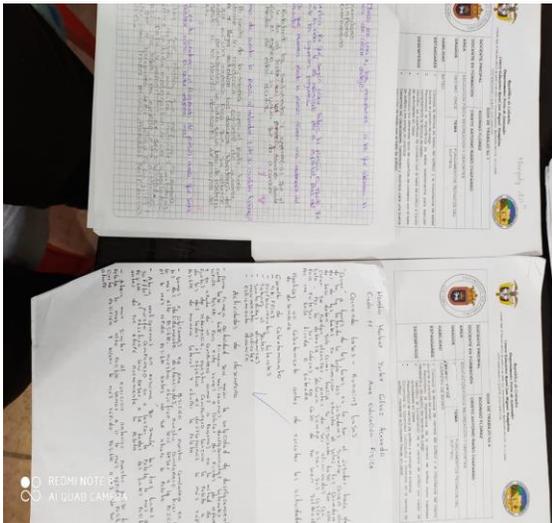
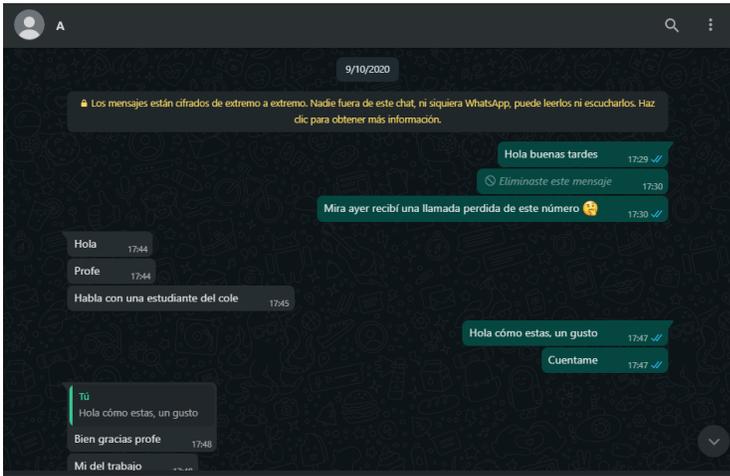
"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



7.5 RECIBIDO PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

 Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unpamplona.edu.co

Pamplona, 1 de septiembre del 2020

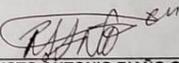
Señor rector
DANILSON ALBEIRO JAIMES PARADA
Institución Educativa rural CER San Miguel
Sede simitarigua
Pamplona

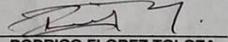
Estimado Rector:

La universidad de pamplona a través del programa de licenciatura en educación física, recreación y deportes le presenta un cordial y caluroso saludo y éxitos en su gestión.

dentro del plan de estudios de la licenciatura en educación física, recreación y deportes aparece la asignatura practica integral, en la cual los estudiantes como su nombre lo indica cumplen con las competencias, habilidades, destrezas, actitudes y visiones entre otras que le permitan vincularse de forma activa y participativa a la institución donde va a realizar su práctica, aun sabiendo que las circunstancias nos obligan a reinventarnos y a sobrevalorar la profesión docente del educador físico por lo anterior agradezco el haber dado permiso para la realización de la misma en la institución que usted dirige.

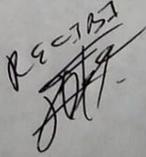
Esperamos que nuestros alumnos maestros sean de gran apoyo en la recta final del año escolar supliendo las necesidades que esta situación de pandemia nos ha causado, y sea un espacio de colaboración mutua, para que el objetivo propuesto se pueda lograr, en sus dimensiones académicas, administrativas y de proyección social.

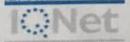

CRISTO ANTONIO RIAÑO CHAPARRO
ESTUDIANTE


RODRIGO FLOREZ TOLOZA
SUPERVISOR

Atentamente,

BENITO CONTRERAS EUGENIO
Coordinador de práctica



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz



7.6 APOVACION DE LOS PLANES DE AREA DE EDUCACION FISICA ESTRUCTURADOS PARA EL CER SAN MIGUEL

República de Colombia
Departamento Norte de Santander
Centro Educativo Rural San Miguel, Pamplona
Creado bajo el Decreto 00252 de abril 12 de 2005 Lic. Funcionamiento. Resolución 001728. 10-11-2006
NIT 900034949-5 DANE 254518001100

Pamplona Norte De Santander, 2 De Diciembre Del 2020

Señor Rector
DANILSON ALBEIRO JAIMES PARADA
Institucion Educativa Rural CER San Miguel
Sede simitarigua
Pamplona

Por medio la presente hago constancia que Cristo Antonio Riaño Chaparro identificado con el numero de C.C 1098101589 PRACTICANTE DECIMO SEMESTRE DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE PAMPLONA, realizo la entrega acordada del planteamiento y estructuración de los planes de area de educación física para los grados de **SEXTO a UNDECIMO** grado, de acuerdo al metodo educativo "ESCUELA NUEVA".


RODRIGO FLOREZ TOLOZA
C.C. 5.477.627


DANILSON ALBEIRO JAIMES PARADA
C.C 88.155.750



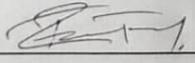
7.7 RECIBIDO CARTILLA DE ACTIVIDADES METODOLOGICAS PRACTICA INTEGRAL DOCENTE

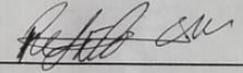
 República de Colombia
Departamento Norte de Santander
Centro Educativo Rural San Miguel, Pamplona
Creado bajo el Decreto 00252 de abril 12 de 2005 Lic. Funcionamiento Resolución 001728 10-11-2006
NTI 900034949-5 DANE 254518001100 

Pamplona Norte De Santander, 4 De Diciembre Del 2020

SUPERVISOR PRACTICA
RODRIGO FLOREZ TOLOZA
Institucion Educativa Rural CER San Miguel
Sede simitarigua
Pamplona

Por medio la presente hago constancia que Cristo Antonio Riaño Chaparro identificado con el numero de C.C 1098101589 PRACTICANTE DECIMO SEMESTRE DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DE PAMPLONA, realizo la entrega de la cartilla de actividades de educación física, aplicadas en los grados de **SEXTO** a **UNDECIMO** grado, de acuerdo al modelo educativo "ESCUELA NUEVA".


RODRIGO FLOREZ TOLOZA
CC. 5.477.627


CRISTO ANTONIO RIAÑO CHAPARRO
1.098.101.589

8. BIBLIOGRAFÍA

- Alexis Nicolás Díaz Pedrozo, N. E. (2019). *Historia y evolución de la Escuela Nueva como modelo educativo en Colombia*. Obtenido de <http://repositorio.uco.edu.co/bitstream/handle/123456789/223/ARTICULO%20DE%20RE FLEXION%20Escuela%20Nueva.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=La%20Escuela %20Nueva%20se%20plantea,el%20aula%2C%20que%20est%20est%20C3%A1%20al>
- ART67, C. P. (1991). *CONSTITUCION POLITICA DE 1991*. Obtenido de <https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>
- DECRETO1290. (2009). Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-172061_archivo_pdf_decreto1860_94.pdf
- DECRETO1860. (1994). Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-172061_archivo_pdf_decreto1860_94.pdf
- FLOREZ, R. (1995). La dimensión pedagógica Formación y Escuela Nueva en COLOMBIA. *Revista Educación y Pedagogía*, 14-15.
- GINNA LIZETH GALINDO CRUZ, Z. D. (s.f.). *Características de la propuesta Escuela Nueva sugerida*. Obtenido de <file:///C:/Users/R5WARRIOR/Downloads/1371-Texto%20del%20art%20C3%ADculo-3795-2-10-20190121.pdf>
- LEY1029. (2006). Obtenido de [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1029_2006.html#:~:text=Por%20la%20cual%20se%20modifica,la%20Ley%20115%20de%201994.&text=e\)%20La%20educaci%C3%B3n%20sexual%2C%20impartida,los%20educandos%20seg%C3%BAn%20su%20edad.&text=La%20presente%20l](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1029_2006.html#:~:text=Por%20la%20cual%20se%20modifica,la%20Ley%20115%20de%201994.&text=e)%20La%20educaci%C3%B3n%20sexual%2C%20impartida,los%20educandos%20seg%C3%BAn%20su%20edad.&text=La%20presente%20l)
- LEY115. (1994). Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- LEY181. (1995). Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf
- MEN, M. D. (2010). https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-340089_archivopdf_orientaciones_pedagogicas_tomol.pdf. Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-340089_archivopdf_orientaciones_pedagogicas_tomol.pdf
- MEN, M. D. (2 de FEBRERO de 2016). <https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-printer-329722.html>. Obtenido de <https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-printer-329722.html>
- NACIONAL, M. D. (2010). *ESCUELA NUEVA*. Obtenido de https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-340089_archivopdf_orientaciones_pedagogicas_tomol.pdf
- NUEVA, F. E. (s.f.). <http://escuelanueva.org/portal1/es/inicio/42-respuestas-faq/271-modelo-escuela-nueva-activa-faq.html#:~:text=El%20modelo%20Escuela%20Nueva%20es,agentes%20administrativos%2C%20familias%20y%20comunidades>. Obtenido de <http://escuelanueva.org/portal1/es/inicio/42-respuestas-faq/271-modelo-escuela-nueva-activa-faq.html#:~:text=El%20modelo%20Escuela%20Nueva%20es,agentes%20administrativos%2C%20familias%20y%20comunidades>