	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [1 - 1]
		CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
	GUIAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	VERSIÓN 1
		Fecha de aprobación:

DOCENTE BERNARDO TORO - CARLOS MARIN AREA/ASIGNATURA EDUCACION FISICA

GRADO: 6° FECHA DE INICIO: JUNIO 26/200 FECHA DE FINALIZACIÓN: JULIO 31/2020

COMPETENCIAS:

- Aplico la metodología del trabajo en circuito practicando uno de seis estaciones.
- Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.
- Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones en el ajedrez.
- Realizo un seguimiento a los protocolos aplicados en la familia para la prevención del covid 19.
- Realizo en el diario de campo un relato diario de mi actividad física y de la situación emocional en el hogar.

APRENDIZAJES:

- comprende la metodología del trabajo en circuito
- comprende los conceptos de las pruebas para la valoración de las cualidades físicas básicas
- aplica conocimientos básicos en el juego del ajedrez
- realiza un análisis de los protocolos para prevenir el contagio del covid 19 y su aplicación a nivel familiar.
- Elabora un seguimiento a la actividad física diaria y a la situación emocional personal y familiar

CONTENIDOS:

Trabajo en circuito

- Cuerdas
- Flexiones de brazos
- Sentadillas
- Abdominales
- Burpees
- Dorsales

Ficha física

- Abdominales en un minutos
- Salto de la cuerda en un minuto
- Flexiones de brazo en un minuto

Ajedrez

- Tatica básica

Diario de campo


- Protocolos ante el covid 19

Diario de campo

- Actividad física diaria
- Situación emocional

ACTIVIDADES:

- Practica el trabajo en circuito de seis estaciones.
- A cada ejercicio le dedicamos un minuto de práctica por dos de descanso.
- Anotamos los resultados en el diario de camp.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [2 - 1]
		CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
	GUIAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	VERSIÓN 1
		Fecha de aprobación:

Debemos realizar dos vueltas al circuito, descansando al finalizar el primer recorrido, un total de cinco minutos.

- Tomo los resultados de abdominales, salto de la cuerda y flexiones de brazo, consignándolos en el diario de campo; dos veces por semana durante dos semanas.
- Practica el juego del ajedrez con un amigo, un familiar o con el computador (busca aplicación).
- Consigno en el diario de campo, los protocolos como lavado de manos, uso del tapaboca, etc. Que se aplican regularmente en casa; especialmente cuando alguien llega de la calle.
- Describo en el diario de campo, la actividad física que realizo a diario durante dos semanas; además los conflictos que se presentan en casa y como los has asumido.

EVALUACIÓN:

1. Anotaciones del trabajo en circuito (dos recorridos) dos veces por semana
2. Cuadro de seguimiento a la ficha física (abdominales, salto de la cuerda y flexiones de brazo en un minuto).

Tres veces por semana durante dos semanas.

3. Video, fotos o escrito en el diario de campo acerca de tus experiencias jugando ajedrez.
4. Anotaciones en el diario de campo acerca de los protocolos aplicados
5. Anotaciones en el diario de campo de la actividad física diaria y de los problemas personales o familiares.