



GOBERNACION DEL TOLIMA
Secretaría de Educación
y Cultura

Institución Educativa Técnica
ALFONSO ARANGO TORO

GESTIÓN PEDAGÓGICA



GUÍA DE APRENDIZAJE DE TRABAJO EN CASA SEDE MANUEL TIBERIO GALLEGO

IDENTIFICACIÓN:

GRADO: Quinto GATC No.: 1	PERÍODO: 1	PERIODICIDAD: enero 25/2021 – marzo 26/2021. (Ocho semanas)
DOCENTE: STELLA VANEGAS HUERTAS	ÁREA: Educación física recreación y deporte. ASIGNATURA: Educación física	Móvil contacto: 3134515286
Comunicación y evidencias de aprendizaje y desarrollo curricular:	Correo electrónico (entrega de evidencias): Stella.vanegashuertas@sedtolima.edu.co	WhatsApp (comunicación y entrega evidencias): 3134515286
	Enlace para encuentros virtuales:	Otros medios: Llamadas telefónicas, en físico

DESARROLLO ELEMENTOS CURRICULARES

ESTÁNDAR:

Aplica habilidades perceptivo motrices relacionados con el conocimiento y dominio corporal al realizar actividades físicas – recreativas.

COMPETENCIA:

¡Formamos técnicos íntegros que aportan al progreso de la región!

Institución Educativa Técnica **ALFONSO ARANGO TORO**

www.alfonsoarangotoro.edu.co

e-mail: colalfonsoarangotoro@gmail.com



GOBERNACION DEL TOLIMA
Secretaría de Educación
y Cultura

Institución Educativa Técnica
ALFONSO ARANGO TORO

GESTIÓN PEDAGÓGICA



Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mi estado de ánimo, en situaciones de juego y actividades físicas.

LOGRO DE APRENDIZAJE (Concepto en el boletín):

Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.

SEMANA 1 -2	SEMANA 3 – 4	SEMANA 5 - 6	SEMANA 7 – 8
DBA: Valora la utilización adecuada y productiva del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la calidad de vida.	DBA: Valora la utilización adecuada y productiva del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la salud.	DBA: Valora la utilización adecuada y productiva del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la salud.	DBA: Valora la utilización adecuada y productiva del tiempo de juego y actividad física, en beneficio de la salud.
TEMÁTICA: Gimnasia	TEMÁTICA: Gimnasia	TEMÁTICA: Gimnasia	TEMÁTICA: Gimnasia
CONTENIDOS: <ul style="list-style-type: none"> Respiración Calentamiento Ejercicios físicos 	CONTENIDOS: <ul style="list-style-type: none"> Respiración Calentamiento Ejercicios físicos 	CONTENIDOS: <ul style="list-style-type: none"> Respiración Calentamiento Ejercicios físicos 	CONTENIDOS: <ul style="list-style-type: none"> Respiración Calentamiento Ejercicios físicos
Actividad a desarrollar (SER) Inteligencia emocional:	Actividad a desarrollar (SER - HACER) Movimiento lúdico:	Actividad a desarrollar (HACER – SABER) Lúdico-cognitivo:	Actividad a desarrollar (SABER) Cognitivo:
ACTIVIDAD 1 1. Practico la respiración teniendo en cuenta los dos momentos, inhalación y exhalación.	ACTIVIDAD 1 1. Practica la respiración durante 30 minutos con pausas. 2. Camina en forma, lenta, rápida y más rápida. 3. Trota de forma lento y ligero.	ACTIVIDAD 1 1. Invito a un familiar a que practiquemos la respiración juntos.	ACTIVIDAD 1 1. Hago un escrito sobre la importancia del respirar bien. 2. Consulto por que es importante hacer calentamiento físico.

¡Formamos técnicos íntegros que aportan al progreso de la región!

Institución Educativa Técnica **ALFONSO ARANGO TORO**

www.alfonsoarangotoro.edu.co

e-mail: colalfonsoarangotoro@gmail.com

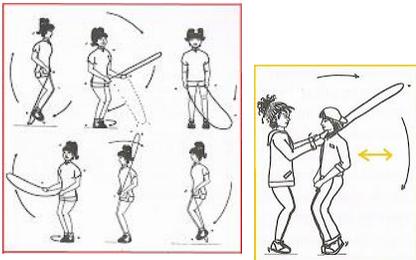


GOBERNACION DEL TOLIMA
Secretaría de Educación
y Cultura

Institución Educativa Técnica
ALFONSO ARANGO TORO

GESTIÓN PEDAGÓGICA



<p>2. Realiza ejercicios de estiramiento y calentamiento.</p> <p style="text-align: center;">EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN</p>  <p>3. Trota en el puesto 1 minuto para estirar las piernas y vuelve a trotar. (6 repeticiones).</p>	<p>4. Salta lazo en las diferentes velocidades.</p> 	<p>2. Realiza los ejercicios de calentamientos, como rutina diaria.</p> <p>3. Compito con mis hermanos o primos a saltar el lazo.</p>	<p>3. Investiga los hábitos de higiene corporal después del ejercicio físico.</p> 
<p>Producto (El estudiante entrega)</p>	<p>Producto (El estudiante entrega)</p>	<p>Producto (El estudiante entrega)</p>	<p>Producto (El estudiante entrega)</p>
<p>Video realizando los ejercicios</p>	<p>Foto de las actividades</p>	<p>Video de la competencia de lazo.</p>	<p>Foto del cuaderno con las investigaciones</p>
<p>Fecha y herramienta Encuentro Virtual Asistido:</p>	<p>Fecha y herramienta Encuentro Virtual Asistido:</p>	<p>Fecha y herramienta Encuentro Virtual Asistido:</p>	<p>Fecha y herramienta Encuentro Virtual Asistido:</p>
<p>Fecha máxima entrega:</p>	<p>Fecha máxima entrega:</p>	<p>Fecha máxima entrega:</p>	<p>Fecha máxima entrega:</p>
<p>Febrero 15 – 2021</p>	<p>Marzo 1 – 2021</p>	<p>Marzo 15 - 2021</p>	<p>Marzo 26 - 2021</p>

RECURSOS:

Recursos Propuestos:

- Practica los ejercicios en un lugar amplio.

¡Formamos técnicos íntegros que aportan al progreso de la región!

Institución Educativa Técnica **ALFONSO ARANGO TORO**

www.alfonsoarangotoro.edu.co

e-mail: colalfonsoarangotoro@gmail.com



GOBERNACION DEL TOLIMA
Secretaría de Educación
y Cultura

Institución Educativa Técnica
ALFONSO ARANGO TORO

GESTIÓN PEDAGÓGICA



- Necesitaras dos libras de arroz que simulen ser pesas.
- Usa colores, lápices y el material que consideres para la elaboración de la guía.
- Puedes ampliar los ejercicios viendo video en internet.

ACOMPañAMIENTO Y ASISTENCIA DOCENTE Y PEDAGÓGICA:

Orientaciones Generales:

- Organiza tu espacio de estudio con buena iluminación y ventilación
- Usa ropa comoda para hacer las actividades.
- No olvides hacer estiramiento antes de realizar los ejercicios.
- Entrega a la docente la evidencia de tu trabajo por medio físico, por whatsapp o llamada telefónica.
- Puntualidad en la entrega de los trabajos, según las fechas estipuladas.
- Acompañamiento constante de la docente en cada una de las actividades al estudiante, de acuerdo al recurso tecnologico que posea la familia.

Horario de atención a padres y estudiantes (Acompañamiento – asesorías):

Lunes a viernes de 7:00am a 1:00pm

¡Formamos técnicos íntegros que aportan al progreso de la región!

Institución Educativa Técnica **ALFONSO ARANGO TORO**

www.alfonsoarangotoro.edu.co

e-mail: colalfonsoarangotoro@gmail.com