**IE LA SALLE DE CAMPOAMOR**

**Grados: sextos A B, C, D**

**Área: Educación Artística y Educación Física**

**Áreas Transversales: Tecnología e informática, ciencias naturales**

**Elabora: Flor Mosquera, Gloria Ledezma, Oswaldo Barrada G.**

**TALLER: # 6 TERCER PERIODO**

**COMPETENCIAS: interpretativa, visual, estética y kinestésico**

**PROPÓSITO: Comprender la historia y las diferentes pruebas que se desarrollan en el atletismo.**

**TEMA: EL ATLETISMO**

**METODOLOGÍA:**

**Los estudiantes a través de la información contenida en la guía desarrollaran las actividades planteadas en la misma.**

**CONCIENTIZACIÓN:**

**VIDEOhttps://www.youtube.com/watch?v=hgSKCkcgzhI**

[**https://www.youtube.com/watch?v=hgSKCkcgzhI&t=491s**](https://www.youtube.com/watch?v=hgSKCkcgzhI&t=491s)

**CONCEPTUALIZACIÓN:**

**EL ATLETISMO**

****

**• El atletismo consiste en un conjunto de pruebas de carácter deportivo basadas en caminar, correr, saltar y lanzar.**

**• El atletismo encuentra su origen en los juegos que se hacían en el espacio público de Grecia y Roma. Comúnmente se dice que el atletismo es el “deporte natural” de carácter olímpico que implica lo básico de la acción humana en relación al movimiento. Es decir, hace referencia a la necesidad humana de caminar, correr, saltar y lanzar, de hacer ejercicio como parte de las necesidades de nuestro cuerpo.**

**PRUEBAS ATLÉTICAS**

**• LA MARCHA ATLÉTICA O CAMINATA: Inició en el siglo XIX, consiste en caminar lo más rápido posible manteniendo siempre el apoyo de un pie en el piso, existen dos tipos de pruebas:**

**• - los 20 kms**

**- los 50 kms**

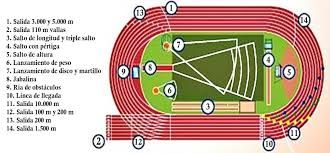
**• LAS CARRERAS: De todas las actividades deportivas, las carreras son las más practicadas, y en los Juegos Olímpicos fueron incluidas desde su comienzo. Consisten en recorrer un espacio en el menor tiempo posible, hay diferentes tipos de pruebas de acuerdo a su longitud y se clasifican en:**

**• - Pruebas de velocidad como son los 100, 200 y los 400 metros planos.**

**• - Pruebas de medio fondo que son los 800, 1.500 y los 3.000 metros planos.**

**• - Pruebas de fondo que son los 5.000, 10.000, la media maratón (21 kms) y la maratón 42 kms.**

**• LA PISTA DE ATLETISMO**

****

**• Existen otros tipos de carreras que son:**

**• - CARRERAS CON VALLAS: Que consiste en una carrera con 10 vallas colocadas en la pista a la misma distancia que deben ser pasadas por el atleta y se corren los 100 metros vallas para damas, los 110 metros vallas para varones y los 400 metros vallas para damas y varones.**

**• - CARRERAS DE RELEVOS: Que son pruebas en equipos de 4 atletas y se corren los 4 X 100 metros y los 4 X 400 metros en la que los atletas deben entregar un testimonio a su compañero.**

**• - CARRERAS CON OBSTÁCULOS: En que se corren 3.000 metros saltando obstáculos .**

**• SALTOS: los saltos en atletismo son cuatro tipos de pruebas, salto con garrocha o pértiga, salto alto, salto triple y salto de longitud.**

**• - Salto con garrocha o pértiga **

**• - Salto alto**

**- Salto largo**

**- Salto triple**

**• PRUEBAS COMBINADAS: Las pruebas combinadas son competiciones atléticas individuales en las que el atleta compite en pruebas de carreras, lanzamientos y saltos, que se realizan en uno o dos días dependiendo de la categoría y son el heptatlón para damas y el decatlón para varones.**

**• - En El Heptatlón las damas realizan 7 pruebas**

**• - En el Decatlón los hombres realizan 10 pruebas.**

**https://www.youtube.com/watch?v=hgSKCkcgzh**

**CONTEXTUALIZACIÓN:**

**Fecha de entrega 24 septiembre**

**Actividad de aplicación:**

**Después de observar el video y la definición,realiza las siguientes actividades**

**ACTIVIDAD # 1**

**Resuelve la siguiente actividad:**

**• 1. Dibuja o gráfica una pista atlética con todos sus sitios donde se realizan las pruebas.**

**• 2. Consulta cuales son las pruebas en que deben competir los atletas que participan en el heptatlón y el decatlón.**

**• 3. Investiga 10 récords actuales de pruebas atléticas con: nombre, nacionalidad, tipo de prueba y marca. Ejemplo: Usain Bolt – jamaiquino – 100 mts planos- 9.58 segundo**

|  |  |
| --- | --- |
| **Las palabras claves de los tema** | **Mis opiniones (lo que aprendí, lo que me gusto)** |
|  | |

RÚBRICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Indicador** | **Evidencias** | **Actividades que se relacionan en casa** |
| **EL ATLETISMO** | Reconocimiento de la historia del atletismo y los juegos olímpicos  Comprensión de las diferentes pruebas que se realizan en el atletismo | **Resuelve la actividad propuesta** | Lectura y profundización del tema  Observar videos relacionados. |

**IE LA SALLE DE CAMPOAMOR**

**Grados: séptimos A B, C**

**Área: Educación Artística y Educación Física**

**Áreas Transversales: Tecnología e informática, ciencias naturales**

**Elabora: Gigliola Martínez, Oswaldo Barrada G.**

**TALLER: # 6 TERCER PERIODO**

**COMPETENCIAS: interpretativa, visual y estética**

**PROPÓSITO: Comprender la historia y las diferentes pruebas que se desarrollan en el atletismo.**

**TEMA: EL ATLETISMO**

**METODOLOGÍA: Los estudiantes a través de la información contenida en la guía desarrollaran las actividades planteadas en la misma.**

**CONCIENTIZACIÓN:**

**VIDEOh**

[**https://www.youtube.com/watch?v=hgSKCkcgzhI&t=491s**](https://www.youtube.com/watch?v=hgSKCkcgzhI&t=491s)

**CONCEPTUALIZACIÓN:**

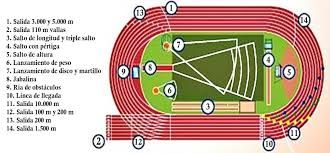
**EL ATLETISMO**

****

**• El atletismo consiste en un conjunto de pruebas de carácter deportivo basadas en caminar, correr, saltar y lanzar.**

**• El atletismo encuentra su origen en los juegos que se hacían en el espacio público de Grecia y Roma. Comúnmente se dice que el atletismo es el “deporte natural” de carácter olímpico que implica lo básico de la acción humana en relación al movimiento. Es decir, hace referencia a la necesidad humana de caminar, correr, saltar y lanzar, de hacer ejercicio como parte de las necesidades de nuestro cuerpo.**

**PRUEBAS ATLÉTICAS**

****

**• LA MARCHA ATLÉTICA O CAMINATA: Inició en el siglo XIX, consiste en caminar lo más rápido posible manteniendo siempre el apoyo de un pie en el piso, existen dos tipos de pruebas:**

**• - los 20 kms**

**- los 50 kms**

**• LAS CARRERAS: De todas las actividades deportivas, las carreras son las más practicadas, y en los Juegos Olímpicos fueron incluidas desde su comienzo. Consisten en recorrer un espacio en el menor tiempo posible, hay diferentes tipos de pruebas de acuerdo a su longitud y se clasifican en:**

**• - Pruebas de velocidad como son los 100, 200 y los 400 metros planos.**

**• - Pruebas de medio fondo que son los 800, 1.500 y los 3.000 metros planos.**

**• - Pruebas de fondo que son los 5.000, 10.000, la media maratón (21 kms) y la maratón 42 kms.**

**• LA PISTA DE ATLETISMO**

**• Existen otros tipos de carreras que son:**

**• - CARRERAS CON VALLAS: Que consiste en una carrera con 10 vallas colocadas en la pista a la misma distancia que deben ser pasadas por el atleta y se corren los 100 metros vallas para damas, los 110 metros vallas para varones y los 400 metros vallas para damas y varones.**

**• - CARRERAS DE RELEVOS: Que son pruebas en equipos de 4 atletas y se corren los 4 X 100 metros y los 4 X 400 metros en la que los atletas deben entregar un testimonio a su compañero.**

**• - CARRERAS CON OBSTÁCULOS: En que se corren 3.000 metros saltando obstáculos .**

**• SALTOS: los saltos en atletismo son cuatro tipos de pruebas, salto con garrocha o pértiga, salto alto, salto triple y salto de longitud.**

****

**• - Salto con garrocha o pértiga**

**• - Salto alto**

**- Salto largo**

**- Salto triple**

**• PRUEBAS COMBINADAS: Las pruebas combinadas son competiciones atléticas individuales en las que el atleta compite en pruebas de carreras, lanzamientos y saltos, que se realizan en uno o dos días dependiendo de la categoría y son el heptatlón para damas y el decatlón para varones.**

**• - En El Heptatlón las damas realizan 7 pruebas**

**• - En el Decatlón los hombres realizan 10 pruebas.**

**CONTEXTUALIZACIÓN:**

**Fecha de entrega 24 septiembre**

**Actividad de aplicación:**

**Después de observar el video y la definición,realiza las siguientes actividades**

**ACTIVIDAD # 1**

**Resuelve la siguiente actividad:**

**• 1. Dibuja o gráfica una pista atlética con todos sus sitios donde se realizan las pruebas.**

**• 2. Consulta cuales son las pruebas en que deben competir los atletas que participan en el heptatlón y el decatlón.**

**• 3. Investiga 10 récords actuales de pruebas atléticas con: nombre, nacionalidad, tipo de prueba y marca. Ejemplo: Usain Bolt – jamaiquino – 100 mts planos- 9.58 segundos**

|  |  |
| --- | --- |
| **Las palabras claves de los tema** | **Mis opiniones (lo que aprendí, lo que me gusto)** |

RÚBRICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Indicador** | **Evidencias** | **Actividades que se relacionan en casa** |
| Pruebas atléticas (carreras saltos y lanzamientos) | Reconocimiento de la historia y la importancia del atletismo.  Comprensión de las diferentes pruebas que se realizan en el atletismo | Resuelve la actividad propuesta | Lectura y video explorado en familia. |

|  |
| --- |
|  |

**IE LA SALLE DE CAMPOAMOR**

**Grados: 8**

**Área: Educación Artística y Educación Física**

**Áreas Transversales: Tecnología e informática,**

**Elabora: Claudina Hernández y Oswaldo Barrada**

**TALLER: # 6 TERCER PERIODO**

**COMPETENCIAS: interpretativa, visual, estética y kinestésica**

**PROPÓSITO: Comprender la historia, importancia y desarrollo del juego del voleibol**

**TEMA: VOLEIBOL**

**Fecha de entrega 24 de septiembre**

**METODOLOGÍA:**

Los estudiantes a través de la información contenida en la guía desarrollaran las actividades planteadas en la misma.

**CONCIENTIZACIÓN:**

**https://www.youtube.com/watch?v=FZ\_auK56KG8**

**CONCEPTUALIZACIÓN:**

# Voleibol

## Qué es el voleibol

**El voleibol, volibol, vóley o balonvolea es un deporte que consiste en el encuentro de dos equipos compuesto por seis jugadores cada uno, que se enfrentan en una chanca dividida por una red o malla sobre la cual deben pasar una pelota a fin de que toque el suelo del campo contrario para hacer una anotación.**

**Por tanto, el objetivo del voleibol es lograr anotar puntos con los pases de pelota hacia el campo adversario, cosa que tratará de impedir el equipo contrario a través de jugadas defensivas como toques, ataques o bloqueos.**

**Cabe mencionar que el balón se puede impulsar con cualquier parte del cuerpo a través de golpes limpios. Sin embargo, por lo general se utilizan las manos y los antebrazos. Durante el juego la pelota no puede ser sujetada o retenida.**

**La palabra voleibol deriva del inglés *volleyball*, escrita hasta el año 1952 como *volley ball*.**

## Historia del voleibol

**El voleibol es un juego deportivo creado por William George Morgan en el año 1895, cuando este se desempeñaba como profesor y entrenador deportivo en la YMCA (Asociación Cristiana de Jóvenes) de Holyoke, Massachusetts (Estados Unidos).**

**Morgan se vio en la necesidad de crear una actividad física alternativa y de menor intensidad que el baloncesto, deporte creado por su compañero James Naismith en 1891, el cual pudiese ser practicado tanto por jóvenes como por personas adultas en espacios cerrados o abiertos. De esta manera nació el voleibol bajo el nombre de mintonette.**

**Para su creación Morgan tomó en cuenta todas las técnicas deportivas que él ya conocía y ponía en práctica con sus alumnos, su finalidad era crear un juego por equipos para entrenar y competir, por tanto estableció tanto sus primeras reglas como los elementos del juego.**

**En el año 1896 Morgan realizó la primera presentación pública del voleibol en una conferencia de las diversas asociaciones YMCA. Desde ese momento el voleibol consiguió gran receptividad y comenzó a expandirse por diversos países.**

**En principio el voleibol era un deporte practicado exclusivamente por hombres, pero al pasar los años también se incluyó el voleibol femenino.**

**En la actualidad el voleibol es un deporte que cuenta con un organismo de carácter internacional fundado en el año 1947, la Federación Internacional de Voleibol (FIVB). Es el lugar donde se definen sus reglamentos y organizan las diversas actividades en torno a este deporte.**

**Los primeros campeonatos mundiales se organizaron en 1949 para la categoría masculina, y en 1952 para la categoría femenina. El voleibol de playa se incorporó a la FIVB en el año 1986 y a los Juegos Olímpicos en 1996.**

## Reglas del voleibol

**A continuación se presentan las reglas básicas del voleibol.**

**· El campo de juego o cancha es de forma rectangular y debe medir 18 m de largo po 9 m de ancho.**

**· La zona libre del campo debe medir 3 m en cada uno de sus cuatro lados, ya que ahí también se realizan jugadas.**

**· La mitad del campo debe estar marcada por una línea sobre la cual se coloca la red o malla divisoria. Esta línea divide la cancha en dos partes iguales que miden 9 m, y donde jugará cada uno de los equipos.**

**· Luego, década lado de la línea central debe estar marcada una línea que delimita la zona de ataque y que mide 3 m en cada lado de la cancha.**

**· La parte restante es la zona defensiva y donde se posicionan los zagueros y el líbero.**

### La red o malla

**· La red o malla debe medir entre 9,5 o 10 m de largo y uno de ancho. La malla sobresale hacia las líneas laterales cerca de 50 cm.**

**· Tiene dos bordes para poder identificar la parte superior e inferior de la malla.**

**· Sobre la banda superior de la red sobresalen a cada lado unas varillas o antenas de 80 cm cada una, para demarcar la zona de juego. No deben ser tocadas ni por los jugadores ni por la pelota.**

**· Debe estar sujetada por dos postes a una altura de 2,24 en la categoría femenina, o de 2,43 en la categoría masculina.**

### Pelota o balón

**La pelota que se emplea en voleibol tradicional es la misma que se usa en la variación de voleibol de playa.**

**· El balón o pelota debe tener una circunferencia entre 65 o 67 cm y un peso entre 260 o 280 g. Su presión debe ser entre 0,3 o 0,325 kg/cm2.**

**· Su exterior debe ser de un material sintético o cuero, acolchado y puede tener una combinación de dos o tres colores.**

**Equipos**

**· Cada equipo puede estar compuesto por 14 jugadores, de los cuales dos son líberos.**

**· Cada equipo debe contar con un entrenador, uno o dos asistentes del entrenador, un médico y un terapista.**

**· Durante el juego solo participan seis jugadores por equipo.**

**· Cada equipo tiene un capitán identificado con una banda.**

**· Los jugadores líberos juegan una posición defensiva. Pueden entrar y salir del campo varias veces para sustituir a cualquiera de sus compañeros, menos al capitán del equipo.**

**· Todos los jugadores que vayan a jugar deben estar uniformados (pantalón corto, camiseta identificada con un número del 1 al 20, en el frente y la espalda, y zapatos deportivos). El único uniforme que varía de color es el del líbero.**

**Posiciones y rotaciones**

**· Tres jugadores delanteros se ubican al frente de la red en la zona de ataque y tres en la zona de defensa, que son los zagueros y el líbero, en la parte de atrás de la cancha.**

**· Se considera falta la posición incorrecta por parte de los jugadores en el momento del saque. También si un jugador pisa la cancha contraria por debajo de la red interfiriendo con las jugadas del otro equipo.**

**· Los jugadores no deben tocar los espacios del equipo contrario, esto es considerado como falta.**

**· En el caso de que un equipo le arrebate el saque al otro, los jugadores, menos el líbero, deben de rotar de posición en el sentido de las agujas del reloj.**

**Faltas o infracciones**

**· Más de tres toques por el equipo o dos toques consecutivos por el mismo jugador, a excepción del primer toque para el bloqueo que no se toma en el conteo antes indicado.**

**· El contacto con la red en la zona exterior, varillas, postes o cualquier otro elemento que interfiera en el juego.**

**· Si el balón toca suelo, independientemente de que corresponda a una jugada del propio jugador o del equipo contrario.**

**· Si el balón sale de los límites de la cancha, la falta corresponde al jugador y el equipo que tocó el balón por última vez, obteniendo puntos el equipo contrario.**

**FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL VOLEIBOL**

**Los fundamentos del voleibol se refiere a las diferentes técnicas motrices que se ejecutan para golpear e impulsar la pelota durante las diversas acciones de juego.**

**· Saque o servicio: se inicia en cada jugada por detrás de la línea de fondo. Como estrategia va dirigido al punto débil del equipo contrario.**

**· Ataque: tiene como fin interceptar cualquier balón del equipo contrario. Se trata de saltar junto a la red con los brazos alzados para devolver el balón al campo contrario, o estrechar el campo de ataque para buscar que el balón quede fuera de juego. En el bloqueo pueden participar tres jugadores.**

**· Recepción: controlar el balón para entregarlo al compañero para que este pueda jugarlo.**

**· Colocación: al jugador que le corresponde hacer el segundo toque debe poner el balón en perfectas condiciones para que el tercer jugador pueda rematarlo en el campo contrario. Los remates tienen como fin ir dirigidos a las zonas mal defendidas e ir con velocidad para que el jugador contrario no lo pueda controlar.**

**· Golpe de antebrazos: se colocan los antebrazos a la altura de la cintura para recibir y golpear los balones bajos a fin de hacer un buen pase al compañero de juego o evitar que el balón toque el suelo, de esta manera el balón puede volver a tomar altura y una mejor dirección.**

**· Golpe de dedos: es un golpe preciso que se emplea para realizar pases entre compañeros o para pasar la pelota al otro lado de la red. En este caso se reciben las pelotas altas con los dedos lo que permite darle mayor precisión y dirección.**

**· Remate: se trata de devolver la pelota al lado contrario con gran fuerza y de manera inesperada para los contrincantes, a fin de lograr anotar un punto.**

**CONTEXTUALIZACIÓN:**

**Fecha de entrega 24 de septiembre**

**Actividad de aplicación:**

**Después de observar el video y comprender las diferentes reglas del voleibol desarrolla el siguiente cuestionario en una hoja de block debidamente marcada y elaborada a mano**

**CUESTIONARIO SOBRE EL REGLAMENTO DE VOLEIBOL**

1. **¿Qué es el voleibol?**
2. **¿Cuáles son las medidas de la cancha de voleibol?**
3. **¿Cuántos toques tiene derecho a dar cada equipo en cada jugada?**
4. **¿Qué debe hacer el jugador del tercer y último toque?**
5. **¿Cómo se pone en juego la pelota?**
6. **¿ Cuántos jugadores participan en el juego? ( dentro de la cancha)**
7. **Si un equipo gana una jugada ¿se anota un punto?**
8. **¿Cuántos puntos debe tener un equipo para ganar un set?**
9. **¿ Cuántos jugadores componen un equipo? ( titulares y suplentes)**
10. **¿Cuántos set son necesarios para ganar un encuentro?**
11. **Explica cómo se realiza la rotación**
12. **¿Es válido que la pelota toque la red y pase para el otro campo?**
13. **Si se debe jugar el quinto set ¿A cuántos puntos se debe jugar?**
14. **Si la pelota toca las líneas limítrofes ¿es válido?**
15. **Si un set se empata 24 - 24 ¿qué ocurre?**
16. **¿Cuántos toques puede realizar un jugador en forma consecutiva?**
17. **¿La pelota puede ser retenida o lanzada?**
18. **¿Se puede golpear la pelota fuera del propio campo de juego?**
19. **¿Se puede bloquear el saque?**
20. **¿Puedo pisar la línea en el momento del saque?**
21. **¿Puede un jugador tocar la red en una acción de juego?**

**.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Las palabras claves de los tema** | **Mis opiniones (lo que aprendí, lo que me gusto)** |
|  | |

RÚBRICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Indicador** | **Evidencias** | **Actividades que se relacionan en casa** |
| **Fundamentación teórica y técnica del voleibol** | Comprensión de los fundamentos teórico - técnicos del voleibol | **Desarrollar el cuestionario propuesto** | Lectura y profundización del tema  Observar videos relacionados. |

IE LA SALLE DE CAMPOAMOR

Grados: 9

Área: Educación Artística y Educación Física

Áreas Transversales: Tecnología e informática,

Elabora: Claudina Hernández, Doris Quinto, Jorge Arley Carmona, Natalia Osorio

TERCER PERIODO

TALLER: # 6 EDUCACIÓN FÍSICA

COMPETENCIAS: interpretativa, visual, estética y Kinestésica

Fecha de entrega: LUNES 21 DE SEPTIEMBRE DE 2020

PROPÓSITO: Adquirir conocimientos sobre la fundamentación técnica y los principios tácticos del voleibol

TEMAS: \*Fundamentación técnica del voleibol y

\*Principios tácticos del voleibol

METODOLOGÍA: Los estudiantes a través de la información contenida en la guía

Desarrollarán las actividades planteadas en la misma.

CONCIENTIZACIÓN:

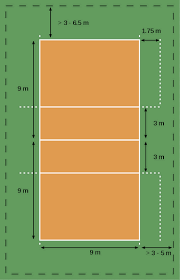
VIDEOS:

<https://www.youtube.com/watch?v=BoEzafZbxes>

https://www.youtube.com/watch?v=bPguIZwOJb4

CONCEPTUALIZACIÓN:

TALLER DE AFIANZAMIENTO SOBRE LA FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA Y PRINCIPIOS TÁCTICOS DEL VOLEIBOL



1. UBICA LA POSICIÓN DE LOS JUGADORES DENTRO DEL TERRENO DE JUEGO
2. CUANTOS LIBEROS ACEPTAN POR EQUIPO?
3. ¿QUIENES FORMAN EL EQUIPO TÉCNICO?
4. QUIEN ES EL ÚNICO JUGADOR QUE NO PUEDE REEMPLAZAR AL CAPITÁN, PARA QUE ACTÚE COMO EL?
5. ¿QUIENES DEBEN PERMANECER SENTADOS EN LA BANCA DE LOS EQUIPOS?
6. CON QUE SE IDENTIFICA EL CAPITÁN DEL EQUIPO?
7. CUANDO SE CONSIDERA UNA FALTA DE POSICIÓN?
8. LOS UNIFORMES ESTÁN COMPUESTOS POR:
9. ¿CÓMO SE DEBEN ORGANIZAR LOS JUGADORES DE CADA EQUIPO Y QUE DEBEN HACER?
10. LOS TRES JUGADORES QUE SE COLOCAN EN FRENTE DE LA RED QUE POSICIONES OCUPAN ?
11. ¿QUÉ JUGADOR UTILIZA UNA CAMISETA DIFERENTE EN LOS PARTIDOS?
12. ¿CUAL ES LA POSICIÓN DE LOS TRES JUGADORES RESTANTES Y EN DONDE SE COLOCAN?
13. ¿QUIEN PUEDE ENTRAR Y SALIR DE MANERA CONTINUA DEL CAMPO DE JUEGO?
14. CUANDO LA PELOTA ES GOLPEADA POR EL SACADOR COMO DEBEN ESTAR LOS INTEGRANTES DEL EQUIPO?.
15. CUANDO SE QUITA EL SAQUE AL EQUIPO CONTRARIO QUE SE DEBE HACER?
16. CUANDO EL EQUIPO CONTRARIO COMETE UNA FALTA QUE PASA?
17. ¿PARA QUE SE REALIZAN JUGADAS DE BLOQUEO?
18. ¿QUÉ JUGADOR NO PUEDE REALIZAR ROTACIÓN?
19. EN EL MOMENTO DE REALIZAR UN SAQUE QUE SE CONSIDERA UNA FALTA?
20. ¿QUÉ JUGADORES REALIZAN LA ACCIÓN DE BLOQUEO?
21. UBICA LA ZONA DE ATAQUE Y LA DE DEFENSA DENTRO DE LA CANCHA

**CONTEXTUALIZACIÓN:**

**ACTIVIDAD DE APLICACIÓN**

**ÚLTIMO DÍA PARA ENTREGAR** LUNES 21 DE SEPTIEMBRE DE 2020

**Después de observar los dos videos, realiza las siguientes actividades:**

**ACTIVIDAD # 1**

**Elabora un pequeño video en donde practiques los 5 ejercicios básicos de saque por abajo, para esto utiliza una bomba.**

**ACTIVIDAD # 2**

**Elabora un corto video en donde practiques los ejercicios de perfeccionamiento técnico, se te recomienda utilizar una bomba para esta actividad para evitar cualquier tipo de accidente dentro de la casa**

|  |  |
| --- | --- |
| **Las palabras claves de los temas vistos** | **Mis opiniones** (lo que aprendí, lo que me gusto) en ambos temas |

RÚBRICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Indicador** | **Evidencias** | **Actividades que se relacionan en casa** |
| Fundamentación técnica del voleibol.  Principios tácticos del voleibol | Afianzamiento de la técnica del voleibol. Iniciación en los principios tácticos del voleibol. | **Elabora un pequeño video en donde practiques los 5 ejercicios básicos de saque por abajo, para esto utiliza una bomba.**  **Elabora un corto video en donde practiques los ejercicios de perfeccionamiento técnico, se te recomienda utilizar una bomba para esta actividad para evitar cualquier tipo de inconvenientes dentro de la casa** | Lectura y video explorado en familia. |

**IE LA SALLE DE CAMPOAMOR**

**Grados: 10**

**Área: Educación Artística y Educación Física**

**Áreas Transversales: Tecnología e informática,**

**Elabora: Claudina Hernández, Doris Quinto**

**TALLER: # 6 tercer periodo**

**COMPETENCIAS: interpretativa, visual, estética y Kinestésica**

**PROPÓSITO: Comprender la importancia del ahorro**

**ÚLTIMO DÍA PARA ENTREGAR MARTES 22 DE SEPTIEMBRE DE 2020**

**TEMA: FINANZAS PARA EL CAMBIO ( EL AHORRO )**

**METODOLOGÍA:**

Los estudiantes a través de la información contenida en la guía # 6 desarrollaran las actividades planteadas en la misma.

**CONCIENTIZACIÓN:**

**VIDEO:** [**https://www.youtube.com/watch?v=nSLNMES2kAs**](https://www.youtube.com/watch?v=nSLNMES2kAs)

Análisis del video

**CONCEPTUALIZACIÓN**

**pesos y centavos**

**¿Por qué necesitamos el dinero?**

**El dinero es una parte tan normal en nuestra vida que no nos detenemos a pensar en él. Imagínate un mundo sin dinero, ¡qué difícil sería! ¿verdad?**

**Necesitamos dinero porque nos sirve para comprar las cosas que queremos o que nos hacen falta. A nuestros padres les pagan por trabajar en tiendas, fábricas u oficinas y usan ese dinero para comprar bienes (como comida o ropa) y pagar servicios (como cortes de cabello o reparaciones). Un bien puede intercambiarse por dinero, y el dinero puede intercambiarse por un bien.**

**El dinero es útil también como una manera de acumular lo que tenemos. Podemos elegir gastarlo o podemos guardarlo para comprar después.**

**El dinero también nos ayuda a comparar los precios. Por ejemplo, sabemos que un kilo de arroz o una barra de chocolate valen alrededor de 15 pesos, y un libro o una visita a la peluquería cuestan alrededor de 150 pesos. Sin una medida de referencia para saber cuánto cuestan las cosas, todo sería un caos.**

**¿Cómo funciona el dinero?**

**El dinero es un medio de pago. Damos billetes y monedas para obtener bienes y servicios. Podemos utilizar cualquier cosa, como una moneda, mientras estemos todos de acuerdo.**

**Podemos usar dinero porque todos lo reconocemos, lo aceptamos, lo usamos y confiamos en su valor. Estamos todos de acuerdo que un billete vale lo que está escrito en él. Confiamos en el hecho de que un billete de 50 pesos vale 50 pesos.**

**El dinero es una medida de valor, igual que usamos centímetros para medir la longitud usamos el dinero para medir cuánto valen las cosas.**

**Imagínate que tu amigo Juan te pidió prestados 20 pesos, y te dio un papel comprometiéndose a pagártelos. Este papel o pagaré tiene valor para ti porque confías en que Juan te va a pagar, pero sería muy difícil convencer al peluquero que te lo acepte como pago porque él no conoce a Juan.**

**Un mundo sin dinero**

**A veces entendemos mejor las cosas si nos imaginamos lo que haríamos sin ellas.**

**Imagínate que no se ha inventado el dinero. Ahora responde las siguientes preguntas:**

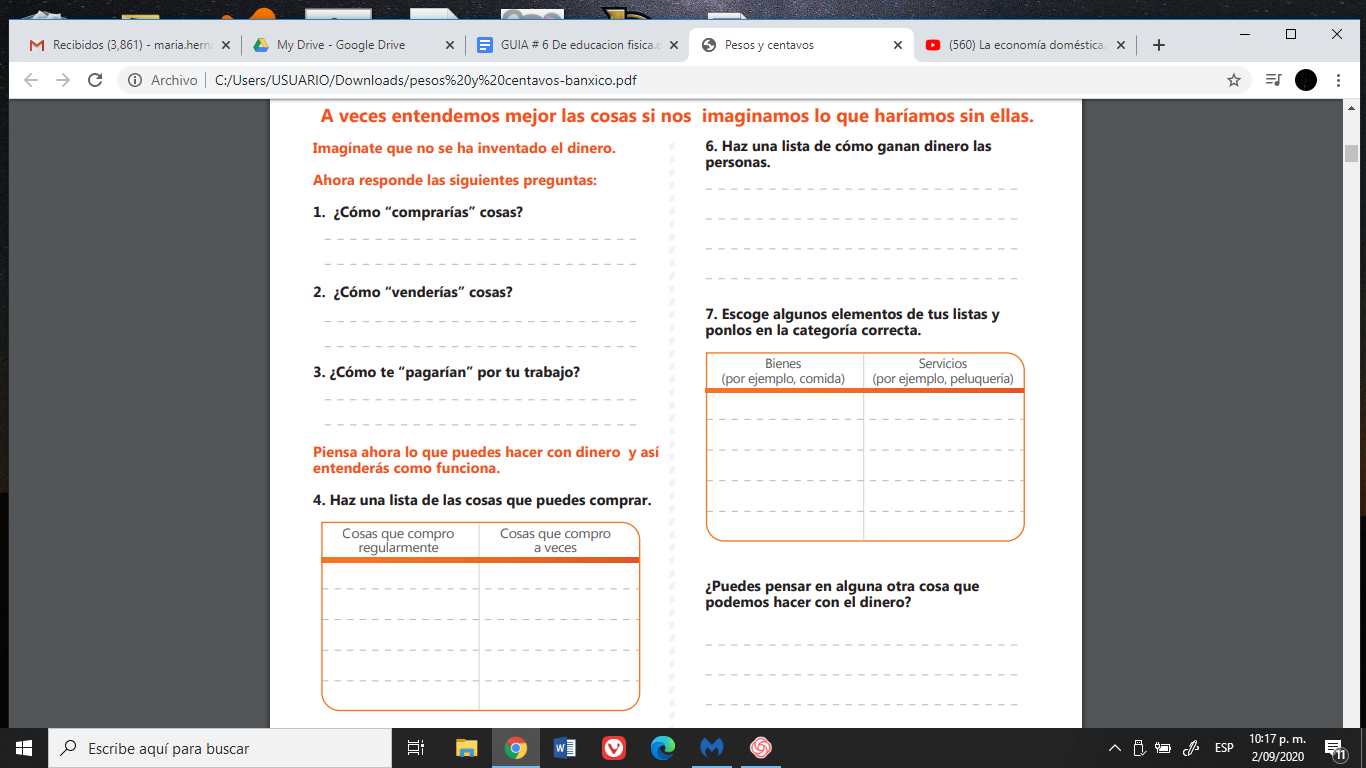
**1. ¿Cómo “comprarías” cosas?**

**2. ¿Cómo “venderías” cosas?**

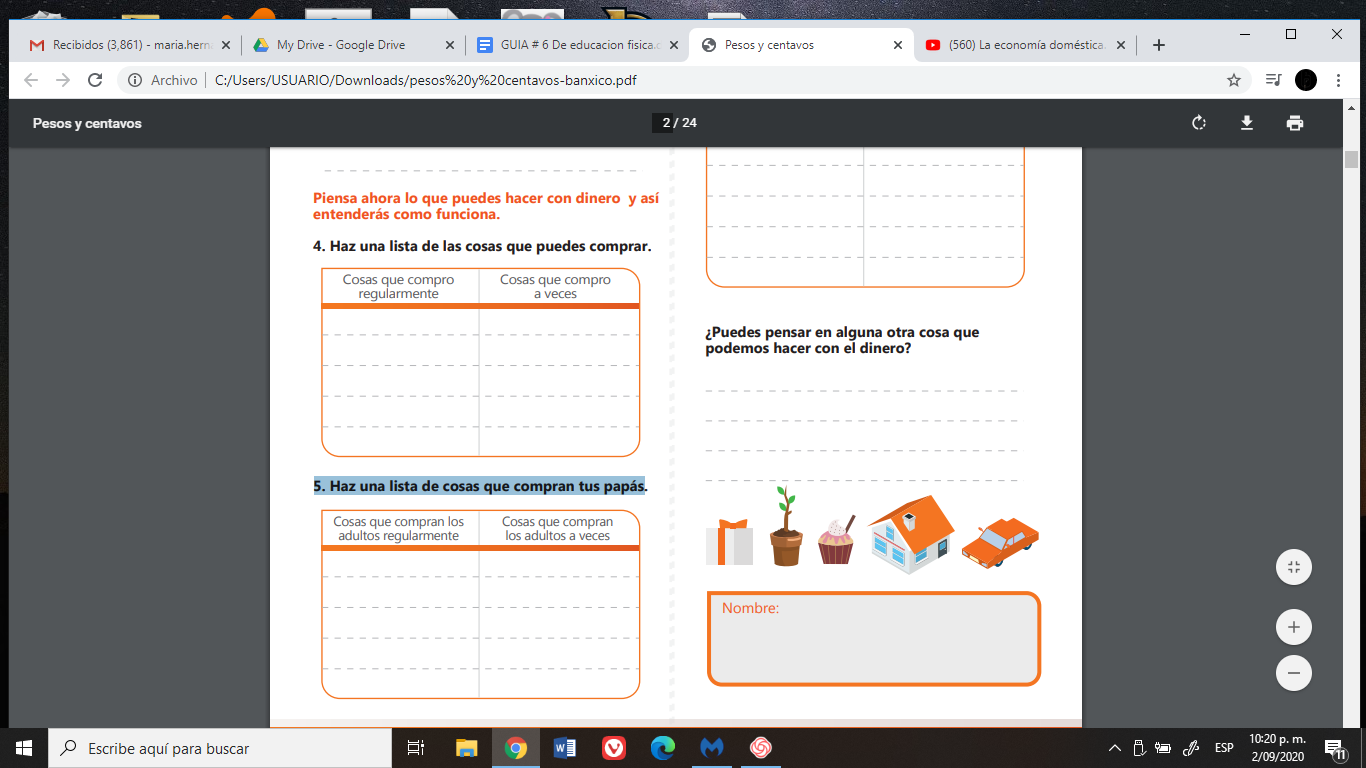
**3. ¿Cómo te “pagarían” por tu trabajo?**

**Piensa ahora lo que puedes hacer con dinero y así entenderás cómo funciona.**

**4. Haz una lista de las cosas que puedes comprar.**

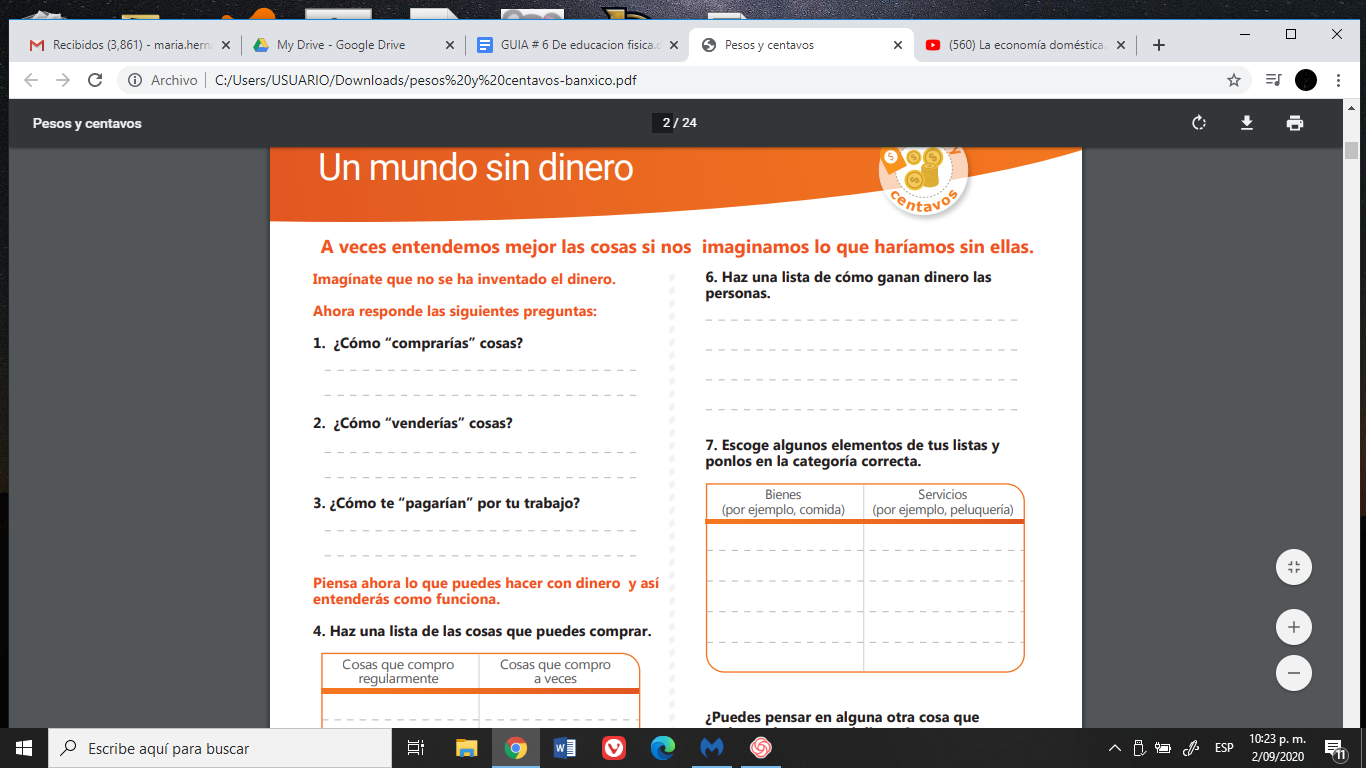
****

**5. Haz una lista de cosas que compran tus papás**

****

**6. Haz una lista de cómo ganan dinero las personas.**

**7. Escoge algunos elementos de tus listas y ponlos en la categoría correcta.**

****

**8.¿Puedes pensar en alguna otra cosa que podemos hacer con el dinero?**

**CONTEXTUALIZACIÓN:**

**ACTIVIDAD DE APLICACIÓN**

**ÚLTIMO DÍA PARA ENTREGAR MARTES 22 DE SEPTIEMBRE DE 2020**

**ACTIVIDAD # 1**

**Después de observar los videos y comprender el concepto del ahorro elabora una alcancia con material reciclable**

|  |  |
| --- | --- |
| **Las palabras claves de los temas vistos** | **Mis opiniones** (lo que aprendí, lo que me gusto) en ambos temas |

RÚBRICA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Indicador** | **Evidencias** | **Actividades que se relacionan en casa** |
| Finanzas para el cambio ( el ahorro ) | Fortalecimiento de la necesidad de ahorrar, para construir un mejor futuro | **Elaborar una alcancia con material reciclable** | Lectura y video explorado en familia. |

**IE LA SALLE DE CAMPOAMOR**

**Grados: 11**

**Área: Educación Artística y Educación Física**

**Áreas Transversales: Tecnología e informática,**

**Elabora: Claudina Hernández, Gigliola Martínez, Flor Mosquera**

**tercer periodo  
TALLER: 6 Educación física**

**COMPETENCIAS: interpretativa, visual, estética y kinestésico**

**PROPÓSITO: Comprender la fundamentación técnica y táctica del voleibol.**

**Saber ahorrar para cualquier eventualidad**

**Fecha de entrega miércoles 23 de septiembre de 2020**

**TEMA: Fundamentación técnica y táctica del voleibol**

**Finanzas para el cambio ( El ahorro )**

**METODOLOGÍA:**

**Los estudiantes a través de la información contenida en la guía desarrollaran las actividades planteadas en la misma.**

CONCIENTIZACIÓN:

VIDEOS:[**https://www.youtube.com/watch?v=nSLNMES2kAs**](https://www.youtube.com/watch?v=nSLNMES2kAs)

<https://www.youtube.com/watch?v=BoEzafZbxes>

https://www.youtube.com/watch?v=bPguIZwOJb4

CONCEPTUALIZACIÓN:

**pesos y centavos**

**¿Por qué necesitamos el dinero?**

**El dinero es una parte tan normal en nuestra vida que no nos detenemos a pensar en él. Imagínate un mundo sin dinero, ¡qué difícil sería! ¿verdad?**

**Necesitamos dinero porque nos sirve para comprar las cosas que queremos o que nos hacen falta. A nuestros padres les pagan por trabajar en tiendas, fábricas u oficinas y usan ese dinero para comprar bienes (como comida o ropa) y pagar servicios (como cortes de cabello o reparaciones). Un bien puede intercambiarse por dinero, y el dinero puede intercambiarse por un bien.**

**El dinero es útil también como una manera de acumular lo que tenemos. Podemos elegir gastarlo o podemos guardarlo para comprar después.**

**El dinero también nos ayuda a comparar los precios. Por ejemplo, sabemos que un kilo de arroz o una barra de chocolate valen alrededor de 15 pesos, y un libro o una visita a la peluquería cuestan alrededor de 150 pesos. Sin una medida de referencia para saber cuánto cuestan las cosas, todo sería un caos.**

**¿Cómo funciona el dinero?**

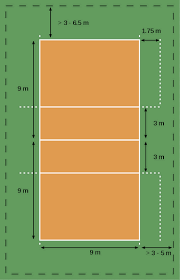
**El dinero es un medio de pago. Damos billetes y monedas para obtener bienes y servicios. Podemos utilizar cualquier cosa, como una moneda, mientras estemos todos de acuerdo.**

**Podemos usar dinero porque todos lo reconocemos, lo aceptamos, lo usamos y confiamos en su valor. Estamos todos de acuerdo que un billete vale lo que está escrito en él. Confiamos en el hecho de que un billete de 50 pesos vale 50 pesos.**

**El dinero es una medida de valor, igual que usamos centímetros para medir la longitud usamos el dinero para medir cuánto valen las cosas.**

**Imagínate que tu amigo Juan te pidió prestados 20 pesos, y te dio un papel comprometiéndose a pagártelos. Este papel o pagaré tiene valor para ti porque confías en que Juan te va a pagar, pero sería muy difícil convencer al peluquero que te lo acepte como pago porque él no conoce a Juan.**

TALLER DE AFIANZAMIENTO SOBRE LA FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA Y PRINCIPIOS TÁCTICOS DEL VOLEIBOL



1. UBICA LA POSICIÓN DE LOS JUGADORES DENTRO DEL TERRENO DE JUEGO
2. CUANTOS LIBEROS ACEPTAN POR EQUIPO?
3. ¿QUIENES FORMAN EL EQUIPO TÉCNICO?
4. QUIEN ES EL ÚNICO JUGADOR QUE NO PUEDE REEMPLAZAR AL CAPITÁN, PARA QUE ACTÚE COMO EL?
5. ¿QUIENES DEBEN PERMANECER SENTADOS EN LA BANCA DE LOS EQUIPOS?
6. CON QUE SE IDENTIFICA EL CAPITÁN DEL EQUIPO?
7. CUANDO SE CONSIDERA UNA FALTA DE POSICIÓN?
8. LOS UNIFORMES ESTÁN COMPUESTOS POR:
9. ¿CÓMO SE DEBEN ORGANIZAR LOS JUGADORES DE CADA EQUIPO Y QUE DEBEN HACER?
10. LOS TRES JUGADORES QUE SE COLOCAN EN FRENTE DE LA RED QUE POSICIONES OCUPAN ?
11. ¿QUÉ JUGADOR UTILIZA UNA CAMISETA DIFERENTE EN LOS PARTIDOS?
12. ¿CUAL ES LA POSICIÓN DE LOS TRES JUGADORES RESTANTES Y EN DONDE SE COLOCAN?
13. ¿QUIEN PUEDE ENTRAR Y SALIR DE MANERA CONTINUA DEL CAMPO DE JUEGO?
14. CUANDO LA PELOTA ES GOLPEADA POR EL SACADOR COMO DEBEN ESTAR LOS INTEGRANTES DEL EQUIPO?.
15. CUANDO SE QUITA EL SAQUE AL EQUIPO CONTRARIO QUE SE DEBE HACER?
16. CUANDO EL EQUIPO CONTRARIO COMETE UNA FALTA QUE PASA?
17. ¿PARA QUE SE REALIZAN JUGADAS DE BLOQUEO?
18. ¿QUÉ JUGADOR NO PUEDE REALIZAR ROTACIÓN?
19. EN EL MOMENTO DE REALIZAR UN SAQUE QUE SE CONSIDERA UNA FALTA?
20. ¿QUÉ JUGADORES REALIZAN LA ACCIÓN DE BLOQUEO?
21. UBICA LA ZONA DE ATAQUE Y LA DE DEFENSA DENTRO DE LA CANCHA

**CONTEXTUALIZACIÓN:**

**ACTIVIDAD DE APLICACIÓN**

**Fecha de entrega miércoles 23 de septiembre de 2020**

**Después de observar los dos videos, realiza las siguientes actividades:**

**ACTIVIDAD # 1**

**Elabora un pequeño video en donde practiques los 5 ejercicios básicos de saque por abajo, para esto utiliza una bomba.**

**ACTIVIDAD # 2**

**Elabora un corto video en donde practiques los ejercicios de perfeccionamiento técnico, se te recomienda utilizar una bomba para esta actividad para evitar cualquier tipo de inconvenientes dentro de la casa**

**ACTIVIDAD # 3**

**Elabora una alcancía en material reciclable y decórala a tu gusto**

|  |  |
| --- | --- |
| **Las palabras claves de los temas vistos** | **Mis opiniones** (lo que aprendí, lo que me gusto) en ambos temas |

**RÚBRICA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Indicador** | **Evidencias** | **Actividades que se relacionan en casa** |
| Fundamentación técnica y táctica del voleibol  Finanzas para el cambio (el ahorro) | Mejoramiento de las destrezas para la ejecución de la técnica y la táctica del voleibol.  Importancia de como saber ahorrar para cualquier eventualidad | **Elabora un pequeño video en donde practiques los 5 ejercicios básicos de saque por abajo, para esto utiliza una bomba.**  **Elabora un corto video en donde practiques los ejercicios de perfeccionamiento técnico, se te recomienda utilizar una bomba para esta actividad para evitar cualquier tipo de inconvenientes dentro de la casa**  **Elabora una alcancía en material reciclable y decórala a tu gusto** | Lectura y video explorado en familia. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | |  |
|  | | | |
|  | |  | |
|  | |  | |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  | |