



## I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA

ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE  
LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19

ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

**Área:** Educación Física **Grado:** Once **Periodo:** 1

**Docente(s):** Jair Albeiro Herrera

**Fecha de desarrollo:** \_Marzo de 2020

REFERENTES DE CALIDAD: **COMPETENCIA(S)**-ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS

- Comprendo que la educación física la recreación y el deporte nos permiten un intercambio cultural y social favoreciendo mi calidad de vida y la de los demás.
- Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable.
- Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración y ejecución de ejercicios físicos.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

**Diferenciar y entender los conceptos de Recreación, lúdica, ocio y tiempo libre y asociarlos con la Educación física**

CONOCIMIENTOS BÁSICOS:

Aspectos generales de actividad física.

**conceptos de Recreación, lúdica, ocio y tiempo libre**

RECURSOS Y MATERIALES:

**Materiales o insumos para el taller:** videos, texto de lectura, imágenes, Consulta en la web.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- Consulta investiga y realiza de manera apropiada el taller solicitado
- Interpreta y conoce el significado y la diferencia de los conceptos planteados.
- Asume responsablemente actividades virtuales.

### ACTIVIDADES

**Actividad de inicio: (GUIA TEORICA-Conceptos)** Explicación de la dinámica de trabajo y la temática a abordar (videos, texto de lectura, imágenes, presentaciones en Power Point, entre otros)

Realizar Un trabajo Teórico fundamentado en la apropiación de temas relacionados con el área y que podrás abordar desde la virtualidad.



**I.E. JUAN DE LA CRUZ POSADA**  
**ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR EN CASA DURANTE**  
**LA CONTINGENCIA POR EL COVID-19**  
ÁREA:

GRADO:.

AÑO: 2020.

**Actividad central:(GUIA PRACTICA)** Actividad práctica relacionada con el tema abordado, por ejemplo, lista de preguntas a resolver posterior a los videos, reflexión a partir de la lectura realizada, creación de un material (manualidad, dibujo, cartelera, elaboración de carta, entre otros.)

Elaborar trabajo escrito donde plantees lo siguiente

1. Terminología y conceptos relacionados con la actividad física: Deporte, Recreación, Actividad Física, tiempo libre, ocio, lúdica y Calidad de vida.
2. Realizar un paralelo donde se evidencie la diferencia de cada una de ellas.
3. Reflexión sobre la importancia de la práctica deportiva en el mejoramiento de la calidad de vida.
4. Conclusiones

**PRODUCTO DEL TALLER**  
**(EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE)**

**Especificar que producto deben entregar los estudiantes**

- Taller teórico que evidencie el acercamiento a contenidos teóricos relacionados con el área.
- Reflexión pedagógica de la importancia de la práctica deportiva en el mejoramiento de la calidad de vida.