



**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:** 5° \_\_\_\_\_ **Periodo:** I

**Docente(s):** Gloria Edilma Velásquez P.

**Fecha de desarrollo:** Marzo 2020 \_\_\_\_\_

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

Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas

**OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:**

- Ayudar a una mejor organización del tiempo libre de los alumnos con el fin de lograr un óptimo aprovechamiento de éste.
- Implementar actividades lúdicas, recreativas y artísticas que contribuyan al buen aprovechamiento del tiempo libre
- Reconocer la importancia de aprovechar el tiempo libre utilizando materiales reciclables

**CONOCIMIENTOS BÁSICOS:**

El estudiante debe tener los conceptos básicos de:  
Tiempo libre.

**RECURSOS Y MATERIALES:**

**Materiales o insumos para el taller:**

Tubo de papel higiénico, colbón, tijeras, papel iris, video de YouTube <https://youtu.be/YxZRo4zVfik>

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

Desarrollar el taller propuesto en el cuaderno. Este será revisado y evaluado una vez se regrese de vacaciones.  
Presentar el animal realizado con el tubo de papel higiénico.



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

GRADO:.

AÑO: 2020.

### ACTIVIDADES

#### El tiempo libre

En vacaciones, el fin de semana o después del trabajo tienes tiempo libre para hacer ejercicio, llevar un pasatiempo o salir a divertirte.

Si eres deportista y te gusta el agua puedes nadar, si te gusta la nieve puedes esquiar. Si no dispones de mucho tiempo puedes correr o ir en bicicleta.

Hay quien prefiere quedarse en casa a ver la televisión, jugar videojuegos o navegar en Internet. Otras actividades para hacer dentro de casa cuando llueve o hace mucho frío son escuchar tu música favorita, leer un buen libro o aprender a tocar un instrumento. Puedes aprovechar tu tiempo libre para estudiar.

Si el tiempo es bueno, tal vez quieras ir de compras, salir con amigos a divertirse o pasar tiempo con la familia en algún lugar divertido para todos, como un parque de diversiones, el teatro o el cine. Aprovechar el tiempo libre es importante para tener una vida feliz.

#### ¿Has entendido el texto?

¡Por favor conteste las preguntas!

#### Pregunta 1:

¿Según la lectura, qué puedes hacer si te gusta el ejercicio, pero no dispones de mucho tiempo?

1. Escuchar tu música favorita.
2. Correr o ir en bicicleta.
3. Leer un libro.
4. Esquiar en la nieve.

#### Pregunta 2:

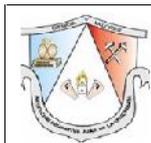
¿Qué puedes hacer en casa cuando llueve o hace frío?

1. Esquiar en la nieve.
2. Nadar.
3. Ir de compras o salir con amigos.
4. Esquiar en la nieve.
5. Leer un libro, escuchar música o tocar un instrumento.

#### Pregunta 3:

¿Qué puedes hacer cuando el tiempo es bueno?

1. Navegar en Internet.
2. Leer un libro, escuchar música o tocar un instrumento.
3. Jugar videojuegos.



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

GRADO:.

AÑO: 2020.

4. Ir de compras o salir con amigos.

**Pregunta 4:**

¿A qué lugares puedes ir con la familia?

1. Escuchar música.
2. A jugar videojuegos.
3. Estudiar.
4. Al parque de diversiones, teatro o cine.

**Pregunta 5:**

¿Por qué es importante aprovechar el tiempo libre?

1. Para tener una vida feliz.
2. Para estudiar.
3. Para tener un pasatiempo.
4. Para tener un pasatiempo.

A continuación, te dejo el siguiente tutorial, para que hagas uno de los animales que se pueden realizar con un tubo de papel higiénico.

<https://youtu.be/YxZRo4zVfik>

**EVALUACIÓN:**

1. Presenta al regreso a la institución el trabajo realizado del tutorial
2. Responde las preguntas de la lectura.