

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS		Versión 01	Página 1 de 10

IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTE: Betty Maritza Gálvez Salazar		ÁREA/ASIGNATURA/NUCLEO DE FORMACIÓN Educación Física, Recreación y Deporte.	
GRADO: Quinto	GRUPOS: 5.1- 5.2	PERIODO: UNO	CLASES: 11
AMBITOS CONCEPTUALES Tiempo Libre		CONTENIDOS ESPECIFICOS: El microfútbol, sus reglas y tácticas de juego.	
NÚMERO DE SESIONES 1		FECHA DE INICIO: Abril 20 del 2020	
PRESENCIALES:		FECHA DE FINALIZACIÓN Abril 24 del 2020	
VIRTUALES: 1		SEMANA : 11	
SEMANA : 11		SEMANA : 11	
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA			
¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?			
OBJETIVOS			
Objetivos:			
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. - Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. - Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 			
INTRODUCCIÓN			

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS		Versión 01	Página 2 de 10

Introducción:

Las Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deportes (MEN, 2010) pretenden ofrecer fundamentos específicos disciplinares en aspectos conceptuales, pedagógicos y didácticos para el desarrollo de EL PLAN DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES competencias básicas y específicas.

La competencia motriz, “entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia

“**La competencia expresiva corporal** debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades”.

“**La competencia axiológica corporal**, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente”.

COMPONENTES	COMPETENCIAS
Kinestésico y de movimiento Comunicativo- lúdico Integralizador biopsicosocial	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS		Versión 01	Página 3 de 10

DESEMPEÑOS

Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.
 Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.
 Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre

PRECONCEPTOS

Ejercicios y juegos de capacidades.
 Juegos grupales
 Salidas a la cancha. Práctica del futbol
 Canciones, mímica y bailes en grupo
 Higiene deportiva

ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1 : Actividad inicial (CONCEPTUALIZACIÓN)

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS		Versión 01	Página 4 de 10

Lee completamente lo propuesto para las clases y, luego, empieza a desarrollar las actividades propuestas.

Tema:

El microfútbol, sus reglas y tácticas de juego.

Observa los siguientes videos.

Pivot y Descarga entrenamiento 11 y 12 años

<https://www.youtube.com/watch?v=7AvHmqenLU4>

Control, habilidad, Pase, entrenamiento 10,11 y 12 años.

https://www.youtube.com/watch?v=RPd_n59L94Q

Liga Fútbol Sala Femenino "Saltalindes". Jornada 6

<https://www.youtube.com/watch?v=CVZTz43NiY>

Escribe en tu cuaderno los siguientes conceptos:

Microfutbol: El fútbol sala, futsal, fútbol de salón, o microfútbol, es un deporte colectivo de pelota practicado entre dos equipos de 5 jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro

Reglas del futbolito número de jugadores: El número máximo en un equipo es seis; cinco jugadores dentro del campo de juego y un sustituto.

Indumentaria de los jugadores: Todo los jugadores deben usar playeras/camisetas durante el partido

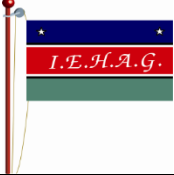

Las posiciones en fútbol sala

Las posiciones en fútbol sala son:

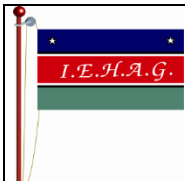
Portero. Su labor en el fútbol sala va mucho más allá de parar los balones que el equipo contrario intente convertir en gol. ...

Cierre. Es el jugador más defensivo del equipo. ...

Alas. Suelen ser los jugadores más "creativos" del equipo.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS	Versión 01	Página 5 de 10	

ACTIVIDAD 2: Actividad de desarrollo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ



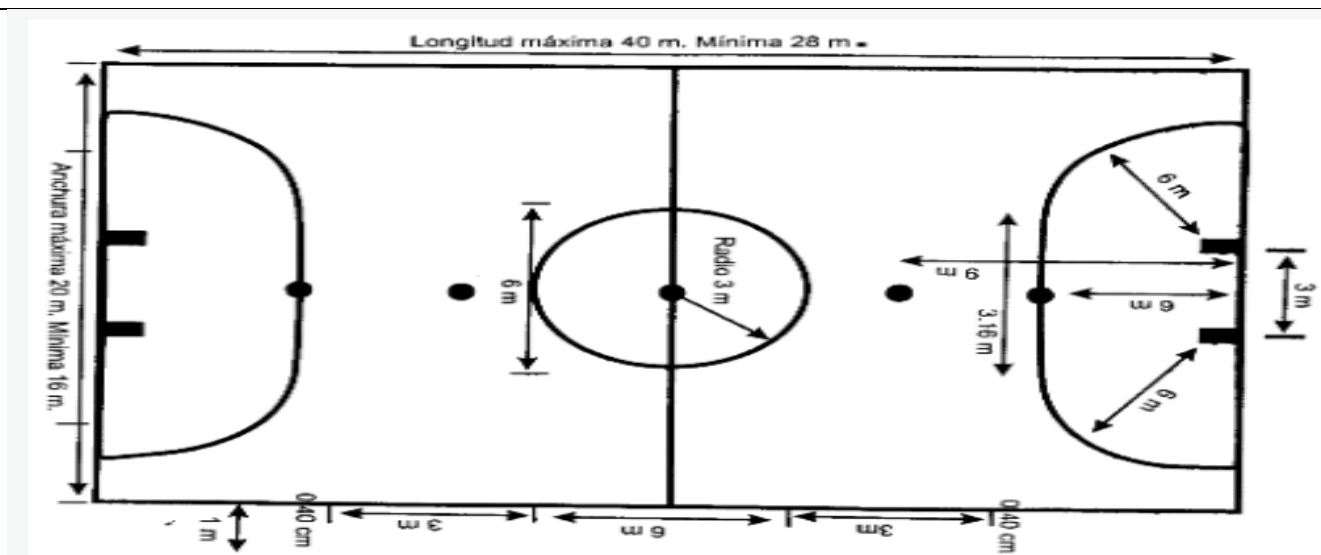
Proceso: GESTIÓN CURRICULAR

Código

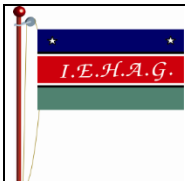
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS

Versión 01

Página
6 de 10



Realiza el dibujo anterior de la cancha de microfútbol y anota sus medidas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ



Proceso: GESTIÓN CURRICULAR

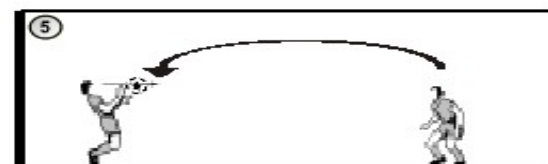
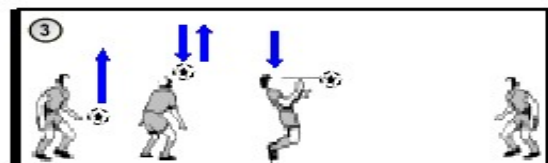
Código

Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS

Versión 01

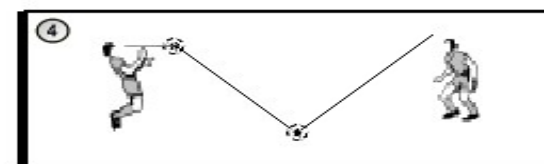
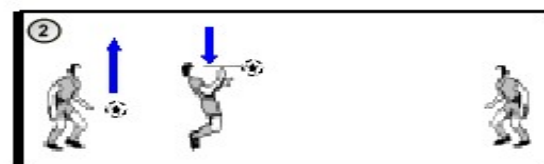
Página
7 de 10

[wpds-restrict type=>1,2,3"]



Finiss

X-Training

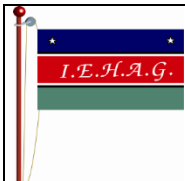


En compañía de un amiguito, realiza los anteriores ejercicios de cabeceo.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS	Versión 01	Página 8 de 10	

ACTIVIDAD 3: Actividad de afianzamiento y aplicación de la temática.
<p>Observa el siguiente video y practica los ejercicios que ahí proponen.</p> <p>Mejora tu control de balón con estos ejercicios en el futbol https://www.youtube.com/watch?v=hi4pffbzwwe</p>

ACTIVIDAD 4: Actividad evaluativa.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ



Proceso: GESTIÓN CURRICULAR

Código

Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS

Versión 01

Página
9 de 10

Coloca el nombre de los integrantes del equipo de microfútbol



FUENTES DE CONSULTA

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLRXIBLE EN SU CASAS	Versión 01	Página 10 de 10	

Plan de Estudios Área Educación Física, Expedición currículum.

Youtube: videos

Pivot y Descarga entrenamiento 11 y 12 años

<https://www.youtube.com/watch?v=7AvHmqenLU4>

Control, habilidad, Pase, entrenamiento 10,11 y 12 años.

https://www.youtube.com/watch?v=RPd_n59L94Q

Liga Fútbol Sala Femenino "Saltalindes". Jornada 6

<https://www.youtube.com/watch?v=CVZTz43NiY>

Google. Imágenes

<https://www.google.com/search?q=actividades+para+aprender++microfutbol&hl>

<https://d2249b52-a-62cb3a1a-s-sites.googlegroups.com/site/deportecolectivofutbolsala/reglas-basicas>