Escuela: Agroindustrial 25 de Mayo

Guía: N° 12 **Mail:** sureste091@gmail.com.

Espacio Curricular: Educación Física. **Nivel**: Secundario – Ciclo: Básico

Docente: Alberto Silva. **Año y división**: 1°1°, 1°2° y 1°3°

Estudiante: **Fecha**: 16-11-2020.

Turno: Tarde.

Título de la Propuesta*: ¿Que hemos aprendido en este último tiempo?*

Contenidos*:* _Exploración, Valoración y práctica de acciones motrices que favorezcan el desarrollo de las capacidades condicionantes: resistencia, flexibilidad, fuerza y velocidad.

_Conocimiento y práctica de variados juegos deportivos y deportes colectivos, reconociendo su estructura, dinámica y reglas, favoreciendo una visión global del juego.

Objetivos: _Utilizar e interpretar reglamentos, glosarios, apuntes del Área y las Tic.

_Ejecutar ejercicios de manera eficaz, promoviendo el desarrollo integral.

_Aplicar eficazmente los fundamentos y táctica del deporte.

Actividades*.*

1. Realizar una buena entrada en calor como lo hiciste en guías anteriores.
2. A continuación realizaras la mayor cantidad de repeticiones de los siguientes ejercicios en un solo intento y anotaras las mismas.
   Abdominales:…… Espinales:……. Sentadillas……. Extensiones de brazos:……y coméntame si logras realizar un minuto de Skipping A……..
3. Dibuje una cancha de fútbol 5 con todas sus medidas.
4. Dibuje los sistemas táctico 2-2 y 1-2-1 que se utilizan en el Futsal.
5. Dibuje una cancha de Voleibol con todas sus medidas.
6. Mencionar la ubicación de los jugadores en la cancha de Voleibol.
7. Realizar ejercicios de los fundamentos técnicos de Voleibol y enviar video del trabajo ejecutado.
8. No olvides aplicar en todo momento las normas sanitarias e hidratarte correctamente.

“El éxito es la suma de pequeños esfuerzos repetidos día tras día”

Autoevaluación

Para que conozcas cómo trabajaste la presente guía vas a leer y marca con una **X** la respuesta correcta.

Preguntas	Si	No	Comentarios
¿Pudiste entender todas las actividades de la guía?			Menciona qué aspectos te resultaron más difíciles y cómo los resolviste …… …… ……
¿Entendiste los temas que viste en la guía?			Menciona brevemente cuál es el tema que mas te gusto …… ……
¿Lograste llegar a una conclusión sobre las temáticas que se trabaja en la guía?			Menciona algunas actitudes positivas …… …… ……
¿Lograste ver aspectos en tu conducta motriz y personales que deberías revisar después de haber hecho las actividades?			Explica brevemente qué aspectos modificarías……..... ....

Docente: Alberto Silva

Por último, responde: ¿Qué fortalezas personales te ayudaron a resolver la guía?

……

……

……

***Bibliografía - Webgrafía**:*

- Diseño Curricular 2017.
- Reglamento de Futbol 5.Año 2010-2011.
- Glosario de Educación Física.
- https://www.youtube.com/watch?v=BoEzafZbxes
- Reglamento de voleibol. Reglas oficiales del Voleibol 2017-2020.Aprobadas por el 35 congreso de la FIVB en el año 2016.

TIEMPO DE REALIZACIÓN: del 17/11 al 04/12.

RECURSOS:

Internet, pelota, cuaderno, lapicera, celular, videos, otros.

Evaluación

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

CRITERIOS a tener en cuenta	*En Proceso*	*Bien*	*Muy Bien*
Respeto por el docente – institución			
Compromiso asumido en tiempo y forma			
Dominio, pertinencia y profundidad de los contenidos			
Ortografía y Caligrafía			
Habilidad para graficar, esquematizar, sintetizar información y expresar resultados.			
Capacidad de expresarse en forma oral y/o escrita.			
Pensamiento crítico. Fundamentar su opinión.			
Capacidad para la resolución de situaciones problemáticas.			
Autonomía y Creatividad			
Otro/s:…….			

Docente: Alberto Silva

ESCALA DE VALORACIÓN			
CUALITATIVA		***CUANTITATIVA***	
L.A.: LOGRADO CON AUTONOMÍA		10 – 9	
L.: LOGRADO		8 - 7 - 6	
E.P.P.A.: EN PROCESO DE PROMOCIÓN ACOMPAÑADA		Menos de 6	

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- Participación y compromiso durante las clases virtuales.
- Presentación de las actividades a través de fotografías y videos.

CONDICIONES DE ACREDITACIÓN

- Participación durante las consultas.
- Presentación en tiempo y forma.
- En cada hoja - fotografía debe estar escrito el nombre y apellido del estudiante

Calificación:……..

***Director**: Roberto Enrique.*

Docente: Alberto Silva