Mi Portafolio

1. REFLEXIÓN SOBRE EL RESULTADO

Contexto escolar.

Conocer el contexto en el que se desenvuelve el estudiante es de vital importancia, características como la ubicación geográfica del sitio donde viven y donde se encuentra la escuela, el nivel socioeconómico de la comunidad y de la familia, los servicios públicos con los que cuenta y si tiene espacios de esparcimiento y recreación, fundamentales para el desarrollo personal y social, en tanto que afecta su parte emocional, física y su rendimiento académico dentro de la comunidad educativa.

Por consiguiente, la escuela debe ser el espacio que cuente con una infraestructura adecuada en cuanto a aulas, materiales y espacios de descanso, también una organización institucional estructurada en cuanto al PEI, materias que se van a impartir, los profesores, programas y planes de estudio, metodología porque de ello dependerá que podamos implementar formas de aprendizaje para suplir las necesidades de los estudiantes y del entorno en el que vive.

A partir de ello, el profesor en su clase debe implementar un abanico de estrategias de enseñanza y aprendizaje que puedan cumplir con las expectativas de los estudiantes y poder explotar sus capacidades cognitivas, emocionales y destrezas que le van a permitir un mejor desempeño en su entorno familiar y social.

Mi reflexión pedagógica

REFLEXIÓN FRENTE A LA PROPIA PRÁCTICA PEDAGÓGICA

En el desarrollo de mi práctica pedagógica me han surgido muchos cuestionamientos acerca de las estrategias que utilizo en el proceso de enseñanza con mis estudiantes, si son útiles y adecuadas o por el contrario lo que les enseño les sirve de muy poco. Por lo general siempre los estudiantes cuestionan lo que se les enseña, si en algún momento lo aprendido les servirá del algo en la vida, es decir, para desempeñarse en diversos ámbitos laborales dentro de la sociedad.

De acuerdo a lo anterior las inquietudes manifestadas por los estudiantes, me llevan a reflexionar frente a mi quehacer pedagógico en los procesos de enseñanza y aprendizaje que potencialicen el desarrollo habilidades deportivas, físicas y motrices; sin dejar de lado la formación humana la cual le permite ser un ciudadano competente dentro de la sociedad en la cual se desenvuelve.

Es así que surge dentro de dichas prácticas, el proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación física, debe propiciar la construcción del conocimiento a partir de los intereses y necesidades de los estudiantes; en el que el reconocimiento, el cuidado y el movimiento corporal se realicen de manera consciente, crítica, reflexiva y creativa; lo anterior acompañado de una vivencia de valores sociales y morales que le permitan al estudiante ser competente dentro de su contexto social, económico y familiar.

OBSERVACIÓN: cabe anotar que el proceso de intervención no pudo realizar por el paro de maestros realizado desde el mes de mayo.

2. Pregunta que guía el proyecto: ¿Qué estrategias pedagógicas me permiten fomentar el desarrollo de las capacidades perceptivo motrices en los estudiantes de los grados sexto de la I.E.R.D.I. Valle de Tenjo?

3. PLAN DE ACCIÓN

PLAN DE ACCIÓN

Pregunta que guía el proyecto: ¿Qué estrategias pedagógicas me permiten fomentar el desarrollo de las capacidades perceptivo motrices en los estudiantes de grados sexto de la I.E.R.D.I. Valle de Tenjo?

Descripción de la experiencia a sistematizar

Experiencia: El proyecto va dirigido a plantear una serie de estrategias pedagógicas que permitan fomentar en los estudiantes de grado sexto los procesos de percepción motriz con relación al manejo del espacio, temporalidad y corporalidad. Por consiguiente, en cada una de las clases se planteará una serie de actividad donde los estudiantes realizarán ejercicios, tareas, circuitos, donde se pueda realizar tareas referentes la estructura organización espacio temporal, lateralidad y ritmo, para que el estudiante tenga la posibilidad de conocer su propia corporalidad. Por otra parte, dentro de mi labor docente es importante tomar la iniciativa y e compromiso de integrar los conocimientos de forma significativa para el diseño y organización del currículo de educación física, por ello, al colocar en práctica los conocimientos, actitudes, habilidades y valores desarrollados a través de su corporeidad, su motricidad y su creatividad, el aprendizaje será más útil en su entorno social y cultural.

Estrategia: primero se realizarán dos sesiones de clase relacionada con diferentes ejercicios que permitan conocer y medir sus habilidades perceptivo motrices las siguientes tres sesiones de clase irán enfocadas en fomentar sus capacidades perceptivo motrices, la característica de cada una de ellas es que estarán dirigidas tres dimensiones diferentes como es una clase de aeróbicos, otra con circuitos polimotores y por ultimo realizar tareas y actividades de capacidades corporales, temporales y espaciales. Estas estrategias permiten poner a prueba las habilidades motrices y socio motrices en los estudiantes al fomentar acciones colectivas, comprometidas, consientes y responsables en cada una de las actividades a desarrollar.

Evaluación: en las dos primeras sesiones de clase los estudiantes identificarán cuáles son sus habilidades perceptivo motrices, cuales tienen un mejor desarrollo y cuales tienen falencia con relación a la corporalidad, espacialidad y temporalidad, seguido en cada una de las sesiones de clase a fomentar estas capacidades perceptivo motrices al finalizar cada una de ellas los estudiantes realizarán una autoevaluación del avance que han obtenido por medio de pruebas que permitan valorar cada una de las capacidades perceptivo motrices. También se observará por medio del profesor el grado de aceptación de cada una de las clases en los estudiantes para desarrollar cada una de las capacidades.

Concepción de la sistematización: primero se realizará una exploración por medio de tablas de valoración que permita evidenciar que tantas dificultades y habilidades han desarrollado sus capacidades perceptivas motrices durante su vida escolar, luego se plantearán na serie de actividades que pueda fomentar estas capacidades.

Pasos	Actividades	Fecha	Recursos		Participantes	Instrument
			Físicos	Bibliográficos		
Organización de Información	***Clase No. 1 y 2 (Exploración de su corporalidad)***	Abril 19 y 26	Cancha deportiva Salón de clases Obstáculos Lazos Conos Bastones	Ayala, G. S. (abril de 2011). *El aerobic.* Obtenido de EFDeportes.com, Revista Digital.: http://www.efdeportes.com/efd155/que-es-el-aerobic.htm Marín, M. (enero de 2009). *El aerobic en la escuela*. Obtenido de http://www.efdeportes.com/ Revista Digita: http://www.efdeportes.com/efd128/el-aerobic-en-la-escuela.htm Porlán, R., & Martín, J. (8 edición 2000). *El diario del profesor. Un recurso para la investigación del aula.* Sevilla: DÍADA EDITORA S.L. Trigueros Cervantes., C., & Rivera García., E. (2004). El desarrollo de las habilidades motrices a través del juego. *Fraile A. Didáctica de la educación física. Una perspectiva crítica y transversal*, 95-126. Obtenido de https://blogdejosefranciscolauracordoba.files.wordpress.com/2010/01/7-librofraile.pdf Universidad de Antioquia, Educación para la cultura de Anntioquia, Indeportes Antioquia, & Instituto de Deportes y Recreación de Medellin. (S.f). *Guía curricular para la Educación Física.* Obtenido de Contenidos de la Educación Física para la Educación Básica.Capacidades perceptivomotrices: http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Perceptivomotrices.pdf Valerio, A. (s.f.). *Segundo grado, bloque 5*. Obtenido de Elijo un reto: https://coleccion.siaeducacion.org/sites/default/files/files/bloque_5.pdf	Docente de Educación Física. Estudiantes.	Tabla de recolección d la informació
	Desarrollo de actividades para medir sus capacidades perceptivo motrices	Mayo 15				
	Clase No. 3 (sesión de aeróbicos)		Grabadora, Tablet o USB.			
	Se realizará una sesión de aeróbicos, los cuales constituyen una serie de movimientos coordinados en un espacio y tiempo al ritmo de una canción lo que hace que además de trabajar sus habilidades perceptivo motrices aumenta las pulsaciones cardiacas.	Mayo 24 Mayo 31	Conos grandes y pequeños, lazos, Colchonetas, Minitran de gimnasia, aros, obstáculos y pelotas de caucho.			

	Clase No. 4 - ***Circuito de acción motriz*** En esta clase se desarrollarán diferentes actividades de forma secuencial en estaciones de trabajo. ***Clase No. 5*** - ***Juegos, tareas y actividades perceptivas motrices.*** En este momento se incluye la necesidad que los estudiantes realicen algunas tareas que les permitan observar el desarrollo de cada una de sus habilidades.					Ficha de observación
Interpretación de la Experiencia	Por medio del registro fotográfico se evidenciará el progreso y el desarrollo de cada una de las actividades planteadas para el fomento de las actividades perceptivo motrices	6 de junio.	Registro fotográfico.		Docente	Registro fotográfico.

Explicitación de Aprendizajes	Representación y aceptación del propio cuerpo y el de los demás con independencia de los segmentos corporales. Resolución de tareas motoras y participación en situaciones que supongan movimientos rítmicos.	9 de junio	Análisis de Resultados Computador		Docente	Guía de Observación
Reflexión Analítica	Evidenciar como algunos ejercicios y pruebas permiten fomentar en los estudiantes de grado 6° las capacidades perceptivas motrices (corporales, temporales y espaciales).	Junio12			Docente	Análisis de l resultados
Socialización	Presentación de Proyecto	Junio 21	Video been portátil		Docente	Presentació Virtual

CONTEXTO DE LA PRACTICA PEDAGÓGICA

La Institución Educativa Rural Departamental Integrada Valle de Tenjo se encuentra ubicada en la vereda El Chacal municipio de Tenjo Cundinamarca, en la provincia de Sabana centro a 22 kilómetros de la ciudad de Bogotá. En el año 2002 la gobernación de Cundinamarca integra las escuelas de las veredas El Chacal, Guangatá, Jacalito, Juaica, Martín y Espino, Poveda 1, Poveda 2 y Santa Cruz, en la inicialmente llamada Asociación de Centros Educativos “Valle de Tenjo”, en el año 2005.

y Gracias a la gestión del secretario de educación del municipio en ese entonces la gobernación de Cundinamarca le da el nombre de I.E.R.D.I. Valle de Tenjo, y así da inicio al grado sexto en la vereda El Chacal.

Existe una particularidad dentro del contexto, y es que la población es muy flotante debido a la cercanía con la ciudad, personas llegan desplazadas por la violencia o en busca de mejores oportunidades de trabajo a través de la agricultura, ganadería, el cuidado de fincas, floristerías, empresas, restaurantes etc.

Contexto socioeconómico

Las familias que conforman la comunidad educativa de LA INSTITUCIÓN VALLE DE TENJO pertenecen a un estrato social con ingresos bajos, dado que la falta de empleo en el municipio hace que la población subsiste económicamente con el salario mínimo y la educación se apoya con los auxilios de transporte, restaurante escolar, kit escolares que les da el municipio; una mínima parte de la población tiene ingresos medios, dado que la parte económica de los hogares está presupuestada no solamente con el ingreso del padre como jefe de familia sino con la adición del salario de la madre e hijos mayores.

Son hogares constituidos por dos hijos como mínimo hasta ocho como máximo; donde los padres se dedican a diversidad de labores: agricultura, empleados en las diferentes empresas de flores, fábricas y empresas aledañas al municipio.

Dada La proximidad del municipio a la capital, la comunidad se pude decir que es heterogénea, viven allí personas que pertenecen a estratos sociales altos, por lo cual sus costumbres varían por la influencia de estos sobre los habitantes permanentes del sector.

Las necesidades de salud, vivienda, alimentación, recreación y vestido son sentidas más en unas familias que en otras; por lo cual se ven en la necesidad de emplear a sus hijos menores en labores domésticas, en restaurantes para que de esta manera se contribuya con un salario al sostenimiento de sus necesidades primordiales como es su estudio.

Sus viviendas son construidas en una infraestructura adecuada al medio, tienen una estructura fuerte en cemento y ladrillo; las personas oriundas del municipio poseen en su mayoría vivienda propia; otros viven en casa arrendada el canón de arriendo es costoso por las continuas migraciones de los habitantes de otros sectores hacia el municipio.

Actualmente su economía se basa en su producción agrícola, ganadera y lechera, Los miembros de la familia han realizado labores como jornaleros (la mujer antes desarrollaba parte de estos trabajos y ahora es la mano de obra que más se ocupa en la industria de flores) pero con el tiempo esto ha venido cambiando para ocuparse en zonas industriales, empresas (si ha terminado con su educación básica y media), trabajos como el cuidado de fincas y la contratación de los adolescentes en actividades como meseros, auxiliares de cocina, vigilantes y auxiliares de Bar como fuente de ingreso económico familia.

La disminución en la actividad agropecuaria está causando la pérdida de la vocación natural de los suelos de la región y la pérdida de valores culturales importantes en los habitantes del municipio.

La situación económica de algunos hogares y la ubicación del sector a lo largo de la avenida principal de ingreso al municipio, ha llevado a los habitantes a la instalación de negocios destinados a las ventas de comidas y dulces regionales, esta circunstancia atrae el turismo durante los fines de semana y festivos trayendo consigo una mejora en su situación económica dado por las ventas; pero así mismo crea un problema como el de la inseguridad y peligro en las vías de acceso dado el flujo de vehículos que congestionan el tráfico y hacen peligroso el acceso a ella.

Contexto cultural y recreativo.

Debido a la convivencia social producida por las continuas migraciones que originan una comunidad heterogénea, las costumbres y tradiciones de los estudiantes se han visto influenciadas en su forma de vestir y actuar.

El aspecto cultural de la vereda gira en torno a las actividades realizadas en la institución y el municipio que integran a la comunidad., a saber:

- Día de la familia
- Día del adulto mayor
- Proyecto del folclor colombiano
- Cumpleaños de Tenjo

El único sitio turístico en la vereda es el cerro de las antenas que hace parte del municipio de Cota y gracias a su cercanía con la vereda de Santa Cruz se pueden visitar:

- El cerro del Majui
- Hacienda Santa Cruz
- Granja ecológica Limbalu
- SHALOM
- La iglesia la rosa mística
- Granja el abuelo

Propendiendo por el mejoramiento de los estudiantes y de la comunidad, La Institución Educativa Valle de Tenjo, ha procurado mantener un nivel cultural que esté acorde con el avance científico de nuestra época en todos los procesos del conocimiento. Las familias conscientes de la realidad económica y de la necesidad de educación a sus hijos para mejorar la condición de vida busca como involucrase en procesos culturales y educativos que propicien elementos apropiados a la realidad que vive hoy el contexto.

Las continuas migraciones de la ciudad influyen en los habitantes llevando a que la comunidad olvide sus costumbres y tradiciones. En este sentido, los padres se han fijado como horizonte el que sus hijos finalicen un bachillerato para poder tener acceso a las oportunidades laborales que propicia el crecimiento del sector económico y turístico de la región.

Contexto recreativo.

A nivel general la comunidad no cuenta con espacios para la práctica deportiva y por consiguiente son muy escasos los programas deportivos, recreativos y culturales, por tal razón los estudiantes tiene que desplazarse hasta el municipio para involucrarse en dichos programas.

A nivel institucional se cuenta con el apoyo de Inderten en programas deportivos como: Ajedrez, tenis de mesa, esgrima, Taekwondo y apoyo escolar, también los estudiantes tienen la posibilidad de participar en Supérate intercolegiados.

Salud.

El Municipio cuenta con un Hospital para la atención en salud a los habitantes del mismo; estos servicios se ven apoyados por las EPS, en caso de emergencia, los primeros auxilios son prestados por los bomberos o la defensa civil y en el caso que no sea grave, los servicios de enfermería a nivel básico en el hospital, cuando presentan gravedad son remitidos directamente a la ciudad.

Para la conservación de la salud a nivel núcleo familiar, se desarrollan campañas de vacunación en el sector que favorece a la población infantil; a nivel oral se desarrollan campañas de prevención pero no es suficiente, debido a que no existen consultorios que ofrezcan servicios de curación oral y por ende tienen que desplazarse hasta el municipio.

Algunas familias cuentan con la afiliación a las diferentes cajas de compensación, dados los servicios que prestan los padres en diferentes empresas, pero la ubicación de éstas en la capital hacen que sean más utilizadas como apoyo que como solución de una emergencia de salud.

4 EVIDENCIAS.

EXPLORANDO MI CORPORALIDAD

TABLA DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

OBJETIVO: identificar las diferentes fortalezas y deficiencias de cada una de las acciones motrices dentro del espacio y en determinado tiempo.

METODOLOGÍA: se realizarán unas fichas que contienen una serie de ejercicios para identificar sus percepciones motrices.

FICHA 1. RECONOCIENDO MI CUERPO.

OBJETIVO	INDICACIONES	ACTIVIDAD
Reconocer las partes del cuerpo.	Los estudiantes se organizan por parejas donde uno tiene unas fichas con las diferentes partes del cuerpo, le coloca al compañero la imagen y el compañero realiza la acción, después viceversa.	1. El compañero le muestra a su pareja la ficha con una parte del cuerpo y los estudiantes deben tocarse la parte del cuerpo que le indica la ficha en el menor tiempo posible para observar la mayor cantidad de aciertos y desaciertos y registrarlos en la siguiente tabla.

N°	PARTES DEL CUERPO A IDENTIFICAR	SI	NO
1	Cabeza.		
2	Pierna derecha		
3	Pierna izquierda		
4	Brazo derecho		
5	Brazo izquierdo		
6	Cadera		
7	Cuello		
8	Cabeza		

OBJETIVO	INDICACIONES	ACTIVIDAD
Identificar los movimientos corporales que implican una acción motriz	Los estudiantes se organizan por parejas donde uno tiene unas fichas con diferentes acciones y el compañero realiza la accion señalada, después viceversa.	1. El compañero le muestra a su pareja la ficha con un movimiento motriz y el compañero realiza la acción en el menor tiempo posible y lo registra en la tabla para observar la mayor cantidad de aciertos y desaciertos.

N°	ACCIONES MOTRICES	SI	NO
1	Tocar la oreja derecha con la mano izquierda		
2	Colocar el pie derecho en la pierna izquierda		
3	Tocar con la mano derecha la oreja izquierda y la mano izquierda la nariz		
4	Desplazarse cuatro pasos a la izquierda		
5	Desplazarse 2 pasos a la derecha		
6	Saltar adelante un paso con el pie derecho		
7	Saltar un paso hacia atrás con el pie izquierdo		

Evaluación: - Identifica las partes del cuerpo señaladas.

OBJETIVO	INDICACIONES	ACTIVIDAD
Identificar los movimientos corporales que implican una acción motriz con un elemento.	Distribuir a los estudiantes libremente por el área y desarrollar movimientos con un globo identificando las partes del cuerpo	1. El profesor les indica a los estudiantes con que parte del cuerpo deben manejar el globo y los estudiantes deben mantener el globo el mayor tiempo posible en el aire empujándolo con la parte del cuerpo que se indique. 15 segundos: malo; 30 segundos regular; y más de 1 minuto Excelente.

N°	ACCIONES MOTRICES	MALO	REGULAR	EXCELENTE
1	Mano derecha			
	Mano izquierda			
2	Pie derecho			
	Pie izquierdo			
3	Cabeza			
4	Muslo derecho			
	Muslo izquierdo			
5	Hombro derecho			
	Hombro izquierdo			
6	Cadera			

OBJETIVO	INDICACIONES	ACTIVIDAD
Identificar los movimientos corporales que implican una acción motriz con un elemento.	Distribuir a los estudiantes libremente dentro del área y sujetar el globo con la parte del cuerpo que se le indique.	1. El profesor organiza a los estudiantes por parejas, les indica con que parte del cuerpo deben sostener el globo y transportarlo por el área, deben mantener el globo el mayor tiempo posible 15 segundos: malo; 30 segundos regular; y más de 1 minuto Excelente.

N°	ACCIONES MOTRICES	MALO	REGULAR	EXCELENTE
1	Espalda			
2	Frente			
3	Estomago			
4	Glúteos			
5	Hombros			

Evaluación: - Con cual parte del cuerpo tiene mejor dominio del globo.

Con que parte del cuerpo se le dificulta dominar el globo

FICHA 2. EXPRESION CORPORAL.

OBJETIVO	INDICACIONES	ACTIVIDAD
Reconocer los movimientos corporales al ritmo de un instrumento.	Organizar a los estudiantes libremente por el área de la cancha con un instrumento musical elaborado por ellos mismos.	1. Camina libremente por la cancha y de acuerdo con una canción van siguiendo el ritmo con el instrumento y van tocando la parte del cuerpo que se le indique.

Evaluación: - Si tocan la parte del cuerpo señalada.

Siguen el ritmo marcado por la canción al momento de tocar el instrumento.

4 Evidencias

IMPORTANCIA DE FOMENTAR LAS PERCEPCIONES MOTRICES.

Para Castañer Camerino (1992) "Las capacidades perceptivomotrices son derivadas directamente de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central, a saber: la equilibración y los diversos tipos de coordinación" de ahí que los sentidos influyan en estas capacidades debido a que permiten coordinar el movimiento corporal para ajustarse a las necesidades del propio cuerpo o las condiciones del entorno que lo rodea.

Por lo tanto, existen dos aspectos que se deben tener en cuenta para el fomento de las capacidades perceptivomotrices como son la percepción de uno mismo (propiocepción) y de la actividad tónico postural ortoestática (A.T.P.O). De otro lado la percepción del entorno (funciones exterioceptivas) la cual surge de la relación con los objetos y con las personas en unas coordenadas espaciotemporales.

Las capacidades perceptivomotrices que están determinadas como básicas son:

- La corporalidad o esquema corporal
- La espacialidad
- La temporalidad

Y de la combinación de estas surgen otras secundarias como:

- La lateralidad
- El ritmo
- La estructuración espaciotemporal
- El equilibrio
- La coordinación

Lo conclusión que se puede derivar de lo anterior, es la importancia de desarrollar las capacidades perceptivo-motrices desde los grados de jardín, transición hasta pasar por la primaria y seguirlas fomentando en el bachillerato, debido, a que el conocimiento del cuerpo humano a través de los sentidos es la referencia y pone en contacto a la persona con el entorno, puesto, que influyen en el desarrollo de diferentes habilidades y en el completo desarrollo del niño.

PLANEACIONES DE CLASE.

INSTITUCIÒN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL INTEGRADA VALLE DE TENJO

Resolución 004455 de 19 de octubre del 2005, 008732 del 12 diciembre de 2008 y 008001 del 13 de diciembre de 2010

Código Dane: 225799000026

PLAN DE CLASE 1

<table>
<tr><td colspan="2">INSTITUCIÒN: I.E.R.D.I. VALLE DE TENJO</td><td>SEDE: EL CHACAL</td><td>ASIGNATURA: Educación física</td><td rowspan="3">RECURSOS
Cabina de sonido, música, salón de clase.</td></tr>
<tr><td colspan="2">NOMBRE DEL DOCENTE: Omar Avendaño</td><td>GRADO: 601</td><td>TIEMPO: 110 minutos</td></tr>
<tr><td colspan="2">EJE TEMATICO: CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES</td><td colspan="2">TEMA: AEROBICOS (desplazamientos, giros, saltos con música)</td></tr>
<tr><td colspan="5">ESTÁNDAR: Desarrollo capacidades perceptivo-motrices básicas mediante movimientos corporales en un espacio y tiempo.</td></tr>
<tr><td colspan="5">COMPETENCIAS: Expresiva corporal e información y memoria.</td></tr>
<tr><td colspan="5">OBJETIVO(S): 1. Mejorar su destreza y coordinación en lo movimientos, así como su habilidad para expresas cosas con su cuerpo a través de la música.
2. Identificar conceptos espaciales y de ritmo en relación con su cuerpo y el de sus compañeros, toda vez que desarrolla su lateralidad.
3. Reconocer movimientos que se ajustan a ritmos musicales.</td></tr>
<tr><td>MOMENTOS</td><td>DESEMPEÑOS DEL DOCENTE</td><td colspan="2">DESEMPEÑOS DEL ESTUDIANTE</td><td>DURACIÓN</td></tr>
</table>

APERTURA	• Planear y seleccionar los pasos a realizar durante las experiencias. • Motiva a los estudiantes para que participen activamente en • Dirige y orienta la movilidad articular y el aumento de temperatura de forma dinámica y en diferentes formaciones; en filas en círculo, en grupos o por parejas. • Elección de temas musicales teniendo en cuenta la velocidad y las características motrices de los estudiantes de grado 601. (140 – 150 B.P.M máximo) • Movilidad articular: tren inferior, espalda y tren superior. • Aumento de temperatura: juego del espejo. Por parejas uno realiza movimientos de piernas cadera, brazos, hombros y cuello y el otro lo imita al ritmo de la música.	• Asume una posición participativa al inicio de la clase. • Realiza actividades de movilidad articular y aumento de temperatura reconociendo la importancia que tiene esta etapa para su cuerpo. • Explorar por medio de la escucha, los movimientos corporales con las pulsaciones musicales. • Reconocer los movimientos de su cuerpo y el de sus compañeros dentro de un espacio.	20 minutos
EXPERIENCIAS	• Desarrollar cada uno de los movimientos básicos de los aeróbicos. • Indicar y orientar los ejercicios en bloques y la cadencia de los movimientos regulados para después unirlos en una pequeña coreografía. • Observar las dificultades en los diferentes movimientos corporales de cada uno de los ejercicios y motivar a los estudiantes a mejorar su ejecución.	• Realizar movimientos básicos de movimiento corporal por medio del ritmo teniendo en cuenta el espacio y el tiempo. (V, Grapevine, step talón, step rodilla y caja). • Reconocer las fortalezas y debilidades de sus compañeros para aprender de ellas. • Realizar cada uno de los ejercicios básicos de los aeróbicos para después tenerlos en cuenta como un bloque y realizarlos en coreografía. • Manejar su capacidad memorística en la ejecución de cada uno de los ejercicios llevando el ritmo corporal dentro del espacio y tiempo.	75 minutos
CIERRE	• Realiza una coevaluación con sus estudiantes acerca de los objetivos alcanzados y no alcanzados, diferencias y dificultades que se encontraron en cada uno de los ejercicios y movimientos. • Con música más suave, realizar la vuelta a la calma y realizar estiramientos del tren inferior, espalda, y tren superior.	• Realizar su autoevaluación acerca del grado de dificultad que tuvo al momento de manejar movimientos corporales con música teniendo en cuenta el espacio y el tiempo. • Realizar la vuelta a la calma con ejercicios de estiramiento del tren inferior, espalda y tren superior.	15 minutos

ACTIVIDADES.

CLASE DE AEROBIC: “el aerobic es un tipo de deporte realizado al son de la música. Esta actividad dirigida trabaja la fuerza, la flexibilidad, resistencia y coordinación a través de diversas coreografías de diversos tipos y niveles” (Ayala, S. 2011). Además de la anterior definición esta estrategia didáctica se puede trabajar con los estudiantes de grado sexto para mejorar el proceso de información y memoria. Como también aspectos socio afectivo al ser una actividad grupal, ayudando al desarrollo de la autoestima y seguridad de si mismo. A continuación, se mostrarán los pasos básicos del aerobic para realizarlos en la clase de educación física.

1. “V”. Se dibuja una “V” en el suelo con 4 pasos; los 2 pasos primeros se realizan delante y con los pies separados, acabando con los otros 2 detrás y con los pies juntos.
2. “Grapevine”. Consta de 4 pasos laterales seguidos realizados de la siguiente forma; abre, cruza, abre y junta los pies.
3. “Step talón”. Se ejecuta un paso con la pierna que se desee y una elevación del talón al glúteo de la otra pierna (flexión de rodilla).
4. “Step rodilla”. Igual que el anterior, pero en lugar del talón se eleva la rodilla de la pierna (flexión de cadera).
5. “Caja”. Se realiza un paso al frente con una pierna, la otra cruza por delante quedándose juntas, ahora abrimos y separamos las piernas dando un paso para atrás con la primera, acabando acompañando el movimiento con la segunda pierna quedando está separada respecto la otra la anchura de los hombros.
6. “Yamping” son saltos en aerobic.
7. “A”. Es un ejercicio similar a la “V”, sólo que se parte de pies separados y se dibuja una A en el suelo.

8. “Lunges”. Se parte de pies juntos, se realiza un paso y se acaba de nuevo con pies juntos. Se puede hacer delante, atrás o lateral.
9. Por último, se realiza la coreografía uniendo los anteriores pasos.

INSTITUCIÒN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL INTEGRADA VALLE DE TENJO

Resolución 004455 de 19 de octubre del 2005, 008732 del 12 diciembre de 2008 y 008001 del 13 de diciembre de 2010

Código Dane: 225799000026

DIARIO DE CAMPO

INSTITUCIÒN: I.E.R.D.I. VALLE DE TENJO		**SEDE: EL CHACAL**		**ASIGNATURA: Educación física**
NOMBRE DEL DOCENTE: Omar Avendaño		**GRADO: 601**		**TIEMPO: 110 minutos**
EJE TEMATICO: CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES		**TEMA: AEROBICOS (desplazamientos, giros, saltos con música)**		
ACTIVIDADES	**FORTALEZAS ESTUDIANTES**	**DEBILIDADES ESTUDIANTES**	**FORTALEZAS DOCENTE**	**DEBILIDADES DOCENTE**
1. “V”. Se dibuja una “V” en el suelo con 4 pasos; los 2 pasos primeros se realizan delante y con los pies separados, acabando con los otros 2 detrás y con los pies juntos. 2. “Grapevine”. Consta de 4 pasos laterales seguidos realizados de la siguiente forma; abre, cruza, abre y junta los pies. 3. “Step talón”. Se ejecuta un paso con la pierna que se desee y una elevación del talón al glúteo de la otra pierna (flexión de rodilla). 4. “Step rodilla”. Igual que el anterior, pero en lugar del talón se eleva la rodilla de la pierna (flexión de cadera). 5. “Caja”. Se realiza un paso al frente con una pierna, la otra cruza por delante quedándose juntas, ahora abrimos y separamos las piernas dando un paso para atrás con la primera, acabando acompañando el movimiento con la segunda pierna quedando está separada respecto la otra la anchura de los hombros. 6. “Yamping” son saltos en aerobic. 7. “A”. Es un ejercicio similar a la “V”, sólo que se parte de pies separados y se dibuja una A en el suelo. 8. “Lunges”. Se parte de pies juntos, se realiza un paso y se acaba de nuevo con pies juntos. Se puede hacer delante, atrás o lateral.				
1. Coreografía				
OBSERVACIONES:				

INSTITUCIÒN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL INTEGRADA VALLE DE TENJO

Resolución 004455 de 19 de octubre del 2005, 008732 del 12 diciembre de 2008 y 008001 del 13 de diciembre de 2010

Código Dane: 225799000026

PLAN DE CLASE 2

INSTITUCIÒN: I.E.R.D.I. VALLE DE TENJO	**SEDE: EL CHACAL**	**ASIGNATURA: Educación física**	**RECURSOS** **Conos grandes, pequeños, lazos, pelotas de caucho obstáculos, aros.**
NOMBRE DEL DOCENTE: Omar Avendaño	**GRADO: 601**	**TIEMPO: 110 minutos**	
EJE TEMATICO: CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES	**TEMA: circuito de acción motriz**		
ESTÁNDAR: Explora movimientos corporales donde asume una postura responsable y consiente con su cuerpo y con los demás compañeros.			
COMPETENCIAS: Axiológica corporal, expresiva corporal y comunicativa.			
OBJETIVO(S): 1. Realizar actividades motrices por circuitos donde experimente diferentes movimientos corporales con elementos. **2. Fomentar en los estudiantes habilidades sociales, que estimulen su autoestima y su sentido de superación.**			

MOMENTOS	DESEMPEÑOS DEL DOCENTE	DESEMPEÑOS DEL ESTUDIANTE	DURACIÓN
APERTURA	• Explica en el aula de clase el desarrollo de los ejercicios y el tiempo de duración en cada una de las estaciones. • Explica la intención que persigue cada acción motora y lo que se espera de ellos. • Dirige y orienta la movilidad articular y el aumento de temperatura de forma dinámica y en diferentes formaciones; en círculo, en grupos o por parejas. • Realiza el montaje de las estaciones. • Realizar previamente esquemas y dibujos de las estaciones y se las da conocer a los estudiantes. • Movilidad articular: tren inferior, espalda y tren superior. • Aumento de temperatura:	• Asume una posición participativa al inicio de la clase. • Realiza actividades de movilidad articular y aumento de temperatura reconociendo la importancia que tiene esta etapa para su cuerpo. • Participa en la adecuación de cada una de las estaciones.	25 minutos
EXPERIENCIAS	• Orienta y anima cada uno de los ejercicios en las estaciones propias del circuito de acción motriz. • Organizar el grupo para que algún estudiante tome el tiempo y el resto verifiquen que todos los estudiantes realicen las actividades correctamente y en el espacio dispuesto. • Observar las dificultades en los diferentes movimientos corporales de cada uno de los ejercicios y motivar a los estudiantes a mejorar su ejecución. • Propone nuevos movimientos o retos en la estación número 5.	• A partir de las estaciones desarrolla habilidades motrices y socio motrices a partir de acciones participativas comprometidas y consientes. • Desarrolla habilidades motrices en un espacio y tiempo determinado con uno o dos patrones de movimiento. • Afianza su confianza, identidad y autonomía motriz al favorecer la tenacidad, el respeto y la colaboración. • Realiza acciones de labor colectiva, de esfuerzo, el espíritu de superación, fuerza de voluntad y responsabilidad. • Propone nuevas formas de movimiento.	70 minutos
CIERRE	• Pregunta a los estudiantes como se sintieron realizando las actividades y los invita a que hagan propuestas de otras actividades que se puedan realizar por medio de circuitos. • Realizar vuelta a la calma con estiramientos del tren inferior, espalda, y tren superior.	• Participa de su autoevaluación expresando lo que aprendieron y como lo pueden mejorar. • Realizar la vuelta a la calma con ejercicios de estiramiento del tren inferior, espalda y tren superior.	15 minutos

ACTIVIDADES.

CIRCUITO MOTRIZ: Es una estrategia didáctica diseñada por estaciones, donde existen variedad de actividades y se realizan de forma secuencial; por su versatilidad demandan un mayor esfuerzo y tiempo por parte del docente y los estudiantes al iniciar y terminar la clase, debido al uso de diferentes materiales los cuales estarán listos antes de la clase.

1. Circuito de pelotas.

Materiales: Aros, círculos de cartulina de diferentes colores y enumerados, cuerdas, periódico, recipiente con agua, costales o bolsas y pelotas pequeñas.

Desarrollo: Se divide el grupo en seis equipos mixtos, por ende, el circuito está formado por seis estaciones y los equipos rotaran cada 5 minutos.

Estación 1. bota y rebota: los estudiantes se ubican frente a una pared, entre esta y los estudiantes se ubica un aro en el piso enseguida deben lanzar la pelota intentando que vote dentro del aro, rebote en la pared, vuelva a caer en el aro y luego la atrapen.

Estación 2. El péndulo: se cuelga un aro de manera vertical a un metro del suelo, uno de los integrantes del equipo tendrá que balancearlo mientras que los demás a una distancia de 5 metros lanzan una pelota pasando por el centro del aro.

Estación 3. Tiro al blanco: Consiste en realizar círculos de diferentes diámetros y colores posteriormente se enumeran para enseguida colocarlos en la pared, a una distancia de cinco metros y lanzan un pedazo de papel mojado para que se quede pegado dentro de algún círculo.

Estación 4. Recolector de pelotas: el grupo de estudiantes tiene que formar parejas, uno de ellos lanza la pelota lo más alto que pueda y el compañero la recoge en una bolsa o costal.

Estación 5. Yo si puedo: se forman parejas, cada uno con una pelota y cada integrante propone un reto a su compañero; un ejemplo de ello es ¿puedes lanzar la pelota y pegarle con el codo? Lanzar la pelota al aire y volver a cogerla sin dejarla caer, mientras eso se aplaude y se cuenta el número de aplausos, cada estudiante tiene su turno, por consiguiente, se debe proponer un reto diferente.

Estación 6. No te quedes quieto: los estudiantes deben escoger una pareja y se le entrega una pelota a cada uno, a una señal propuesta por ellos comienzan a golpear la pelota con la palma de la mano para mantenerla en el aire o pueden votarla en el suelo, la única condición es que no permanezcan inmóviles.

2. Circuito de obstáculos.

Materiales: lazos, obstáculos, pelotas aros.

Desarrollo: Se divide el grupo en cinco equipos mixtos, por ende, el circuito está formado por cinco estaciones y los equipos rotaran cada 5 minutos.

Estación 1. Saltando ando: los estudiantes deben pasar uno por uno por una serie de obstáculos y realizar diferentes movimientos de equilibrio, como saltar con el pie derecho, después con el izquierdo, después con los pies y por último alternado.

Estación 2. Como me desplazo: se ubica unos lazos a una distancia de un paso para que los estudiantes puedan desplazarse de lado según las orientaciones de los lazos.

Estación 3. Jugando golosa: se dibuja una golosa o se colocan unos aros en forma de golosa para que los estudiantes además de jugar saltando puedan mirar la capacidad de equilibrio que tienen.

Estación 4: Se ubica obstáculos a diferente altura donde el estudiante pasa por debajo (en plancha, a gatas, giros) o por arriba (saltando alternado con los pies o con los dos pies).

Estación 5: se ubica una viga de equilibrio para que el estudiante pase lanzando un balón al aire sin dejarlo caer al piso, se debe tener en cuenta que para lanzar el balón siempre debe estar en la viga de equilibrio y caminar hasta el final.

INSTITUCIÒN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL INTEGRADA VALLE DE TENJO

Resolución 004455 de 19 de octubre del 2005, 008732 del 12 diciembre de 2008 y 008001 del 13 de diciembre de 2010

Código Dane: 225799000026

DIARIO DE CAMPO

INSTITUCIÒN: I.E.R.D.I. VALLE DE TENJO		**SEDE: EL CHACAL**		**ASIGNATURA: Educación física**
NOMBRE DEL DOCENTE: Omar Avendaño		**GRADO: 601**		**TIEMPO: 110 minutos**
EJE TEMATICO: CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES		**TEMA: circuito de acción motriz**		
ACTIVIDADES	**FORTALEZAS ESTUDIANTES**	**DEBILIDADES ESTUDIANTES**	**FORTALEZAS DOCENTE**	**DEBILIDADES DOCENTE**
1. Circuito de pelotas. Materiales: Aros, círculos de cartulina de diferentes colores y enumerados, cuerdas, periódico, recipiente con agua, costales o bolsas y pelotas pequeñas. Desarrollo: Se divide el grupo en seis equipos mixtos, por ende, el circuito está formado por seis estaciones y los equipos rotaran cada 5 minutos.				

Estación 1. bota y rebota: los estudiantes se ubican frente a una pared, entre esta y los estudiantes se ubica un aro en el piso enseguida deben lanzar la pelota intentando que vote dentro del aro, rebote en la pared, vuelva a caer en el aro y luego la atrapen.				
Estación 2. El péndulo: se cuelga un aro de manera vertical a un metro del suelo, uno de los integrantes del equipo tendrá que balancearlo mientras que los demás a una distancia de 5 metros lanzan una pelota pasando por el centro del aro. Estación 3. Tiro al blanco: Consiste en realizar círculos de diferentes diámetros y colores posteriormente se enumeran para enseguida colocarlos en la pared, a una distancia de cinco metros y lanzan un pedazo de papel mojado para que se quede pegado dentro de algún círculo.				
Estación 4. Recolector de pelotas: el grupo de estudiantes tiene que formar parejas, uno de ellos lanza la pelota lo más alto que pueda y el compañero la recoge en una bolsa o costal.				
Estación 5. Yo sí puedo: se forman parejas, cada uno con una pelota y cada integrante propone un reto a su compañero; un ejemplo de ello es ¿puedes lanzar la pelota y pegarle con el codo? Lanzar la pelota al aire y volver a cogerla sin dejarla caer, mientras eso se aplaude y se cuenta el número de aplausos, cada estudiante tiene su turno, por consiguiente, se debe proponer un reto diferente.				
Estación 6. No te quedes quieto: los estudiantes deben escoger una pareja y se le entrega una pelota a cada uno, a una señal propuesta por ellos comienzan a golpear la pelota con la palma de la mano para mantenerla en el aire o pueden votarla en el suelo, la única condición es que no permanezcan inmóviles.				
2. Circuito de obstáculos. Materiales: lazos, obstáculos, pelotas aros. Desarrollo: Se divide el grupo en cinco equipos mixtos, por ende, el circuito está formado por cinco estaciones y los equipos rotaran cada 5 minutos.				
Estación 1. Saltando ando: los estudiantes deben pasar uno por uno por una serie de obstáculos y realizar diferentes movimientos de equilibrio, como saltar con el pie derecho, después con el izquierdo, después con los pies y por último alternado.				

Estación 2. Como me desplazo: se ubica unos lazos a una distancia de un paso para que los estudiantes puedan desplazarse de lado según las orientaciones de los lazos.				
Estación 3. Jugando golosa: se dibuja una golosa o se colocan unos aros en forma de golosa para que los estudiantes además de jugar saltando puedan mirar la capacidad de equilibrio que tienen.				
Estación 4: Se ubica obstáculos a diferente altura donde el estudiante pasa por debajo (en plancha, a gatas, giros) o por arriba (saltando alternado con los pies o con los dos pies).				
Estación 5: se ubica una viga de equilibrio para que el estudiante pase lanzando un balón al aire sin dejarlo caer al piso, se debe tener en cuenta que para lanzar el balón siempre debe estar en la viga de equilibrio y caminar hasta el final.				
OBSERVACIONES:				

INSTITUCIÒN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL INTEGRADA VALLE DE TENJO

Resolución 004455 de 19 de octubre del 2005, 008732 del 12 diciembre de 2008 y 008001 del 13 de diciembre de 2010

Código Dane: 225799000026

PLAN DE CLASE 3

INSTITUCIÒN: I.E.R.D.I. VALLE DE TENJO	**SEDE: EL CHACAL**	**ASIGNATURA: Educación física**	**RECURSOS: bolsas rellenas de arena o tierra, bastones**
NOMBRE DEL DOCENTE: Omar Avendaño	**GRADO: 601**	**TIEMPO: 110 minutos**	
EJE TEMATICO: CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES	**TEMA: JUEGOS Y TAREAS MOTRICES**		
ESTÁNDAR: Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar con el entorno.			
COMPETENCIAS: expresión y comunicación			
OBJETIVO(S): 1. Adecuar el comportamiento corporal a acciones motrices individuales y colectivas con relación a las propias necesidades y a la de los demás desarrollando hábitos de respeto y colaboración. **2. Concebir el juego y las tareas motrices como un medio para favorecer la manifestación de emociones, el respeto a los demás y la aceptación de las reglas.**			
MOMENTOS	**DESEMPEÑOS DEL DOCENTE**	**DESEMPEÑOS DEL ESTUDIANTE**	**DURACIÓN**

APERTURA	• Explica los juegos, tareas y actividades que se van a desarrollar en la fase de las experiencias. • Dirige y orienta la movilidad articular y el aumento de temperatura de forma dinámica y en diferentes formaciones; en círculo, en grupos o por parejas. • • Movilidad articular: tren inferior, espalda y tren superior. • Aumento de temperatura:	• Asume una posición participativa al inicio de la clase. • Realiza actividades de movilidad articular y aumento de temperatura reconociendo la importancia que tiene esta etapa para su cuerpo.	20 minutos
EXPERIENCIAS	• Propicia actividades en la que los estudiantes aprenden a resolver situaciones motrices, como también a tomar decisiones, y resolver dificultades que existen en las actividades. • Permite que cada estudiante se pueda expresar en función a su cuerpo. • Organizar a los estudiantes en los diferentes grupos para cada uno de los juegos o tareas a realizar en la clase. • Plantea alternativas de tareas motrices no generadas por los propios estudiantes y que considera posibles de realizaren el juego o tarea.	• Experimenta y domina las habilidades motrices en la resolución de problemas que surgen en el juego y las actividades. • Aplica habilidades perceptivas motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos o tareas propuestos en la clase. • Utiliza los segmentos corporales en diferentes acciones en relación con el espacio y tiempo. • Valora las capacidades y las habilidades que posee en las diferentes expresiones y las de los compañeros y compañeras.	75 minutos
CIERRE	• Realizar la vuelta a la calma y realizar estiramientos del tren inferior, espalda, y tren superior. • Realiza una coevaluación con sus estudiantes acerca de los objetivos alcanzados y no alcanzados, diferencias y dificultades que se encontraron en cada uno de los juegos o tareas.	• Realizar la vuelta a la calma con ejercicios de estiramiento del tren inferior, espalda y tren superior. • Realizar una autoevaluación por grupos acerca de las dificultades que tuvieron al resolver problemas y proponer posibles soluciones en cada uno de los juegos o tareas propuestas en la clase.	15 minutos

ACTIVIDADES.

JUEGOS: El juego es una de las primeras actividades que desde niños nos permite conocer nuestro entorno y relacionarnos con personas y con objetos, como un proceso de socialización beneficiando su autonomía y responsabilidad, promoviendo la imaginación y la creatividad, adecuándose al momento de las necesidades espaciales, temporales, materiales y personales.

Ponchados: Se divide el número de estudiantes del salón en dos grupos, el grupo que va a ponchar se divide en dos sub grupos, que son los que van a lanzar los balones, en este juego se determina el equipo que dure menos tiempo ponchando, además de esto se plantea al grupo que va a ser pochado ¿Cuáles pueden ser las formas para esquivar el lanzamiento del contrario? Antes de comenzar el juego se le deja tres minutos a cada grupo para que puedan planear la mejor estrategia tanto para ponchar como para no dejarse ponchar.

Cogerle la cola al gato: Se divide el número de estudiantes en grupos de cinco todos en fila y cogidos de los hombros o de la cintura indicando que el último debe llevar un pañuelo enganchado por atrás (a la altura de la cadera), el primero de cada fila debe quitarles el pañuelo a los otros grupos. Se recomienda: que el pañuelo debe estar visible y fácil de agarrar y le coloquen el nombre al grupo. Antes de comenzar el juego se le deja tres minutos a cada grupo para que puedan planear la mejor estrategia para coger el pañuelo de los demás grupos y no dejarse quitar el propio.

Tareas: Con balón

- Colocar el balón en el piso y realizar ochos por dentro de las piernas en posición estática.
- Si dejar caer el balón al piso realizar ochos por dentro de las piernas en posición estática.
- Caminar hacia atrás rodando el balón con mano derecha, después mano izquierda, y alternado las manos.
- Caminar hacia adelante colocando el balón en el piso y realizar ochos por dentro de las piernas.
- El mismo que el anterior, pero sin dejarla caer al piso.
- Con un balón de baloncesto en posición sentados, a una instrucción driblar el balón por dentro de las piernas, segundo al lado derecho y por último al lado izquierdo.

- Se colocan una hilera de aros, el estudiante pisa por dentro del aro y dribla por fuera con mano derecha, después con mano izquierda y por último alternado.
- La misma hilera de aros, pero ahora el balón va por dentro del aro y el estudiante va por fuera, para este caso solo se va a hacer con mano derecha y con mano izquierda.
- La misma hilera aros, solo que esta vez se va a desplazar hacia al lado derecho o hacia al lado izquierdo y se le plantea la pregunta de ¿cuál es la mejor manera de llevar el balón cuando se desplaza en estas direcciones?
- Con dos balones de baloncesto, driblar los dos balones al mismo tiempo en posición estática. Variantes: driblando el balón alternado en posición estática, driblando el balón al mismo tiempo caminado, driblando el balón alternado caminando, por último, driblando el balón al mismo tiempo trotando o corriendo, driblando el balón alternado trotando o corriendo.

INSTITUCIÒN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL INTEGRADA VALLE DE TENJO

Resolución 004455 de 19 de octubre del 2005, 008732 del 12 diciembre de 2008 y 008001 del 13 de diciembre de 2010

Código Dane: 225799000026

DIARIO DE CAMPO

INSTITUCIÒN: I.E.R.D.I. VALLE DE TENJO		**SEDE: EL CHACAL**		**ASIGNATURA: Educación física**
NOMBRE DEL DOCENTE: Omar Avendaño		**GRADO: 601**		**TIEMPO: 110 minutos**
EJE TEMATICO: CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES		**TEMA: JUEGOS Y TAREAS MOTRICES**		
ACTIVIDADES	**FORTALEZAS ESTUDIANTES**	**DEBILIDADES ESTUDIANTES**	**FORTALEZAS DOCENTE**	**DEBILIDADES DOCENTE**
JUEGOS				
Ponchados: Se divide el número de estudiantes del salón en dos grupos, el grupo que va a ponchar se divide en dos sub grupos, que son los que van a lanzar los balones, en este juego se determina el equipo que dure menos tiempo ponchando, además de esto se plantea al grupo que va a ser pochado ¿Cuáles pueden ser las formas para esquivar el lanzamiento del contrario? Antes de comenzar el juego se le deja tres minutos a cada grupo para que puedan planear la mejor estrategia tanto para ponchar como para no dejarse ponchar.				

Cogerle la cola al gato: Se divide el número de estudiantes en grupos de cinco todos en fila y cogidos de los hombros o de la cintura indicando que el último debe llevar un pañuelo enganchado por atrás (a la altura de la cadera), el primero de cada fila debe quitarles el pañuelo a los otros grupos. Se recomienda: que el pañuelo debe estar visible y fácil de agarrar y le coloquen el nombre al grupo. Antes de comenzar el juego se le deja tres minutos a cada grupo para que puedan planear la mejor estrategia para coger el pañuelo de los demás grupos y no dejarse quitar el propio.				
Tareas: Con balón • Colocar el balón en el piso y realizar ochos por dentro de las piernas en posición estática. • Si dejar caer el balón al piso realizar ochos por dentro de las piernas en posición estática.				
• Caminar hacia atrás rodando el balón con mano derecha, después mano izquierda, y alternado las manos.				
• Caminar hacia adelante colocando el balón en el piso y realizar ochos por dentro de las piernas.				
• El mismo que el anterior, pero sin dejarla caer al piso.				
• Con un balón de baloncesto en posición sentados, a una instrucción driblar el balón por dentro de las piernas, segundo al lado derecho y por último al lado izquierdo.				

• Se colocan una hilera de aros, el estudiante pisa por dentro del aro y dribla por fuera con mano derecha, después con mano izquierda y por último alternado.				
• La misma hilera de aros, pero ahora el balón va por dentro del aro y el estudiante va por fuera, para este caso solo se va a hacer con mano derecha y con mano izquierda.				
• La misma hilera aros, solo que esta vez se va a desplazar hacia al lado derecho o hacia al lado izquierdo y se le plantea la pregunta de ¿cuál es la mejor manera de llevar el balón cuando se desplaza en estas direcciones?				
• Con dos balones de baloncesto, driblar los dos balones al mismo tiempo en posición estática. Variantes: driblando el balón alternado en posición estática, driblando el balón al mismo tiempo caminado, driblando el balón alternado caminando, por último, driblando el balón al mismo tiempo trotando o corriendo, driblando el balón alternado trotando o corriendo.				
OBSERVACIONES:				

5. EVIDENCIAS DEL PROCESO DE INTERVENCIÓN.

Reflexión módulo común. Análisis de las prácticas pedagógicas.

El módulo me permitió realizar una reflexión de mi quehacer pedagógico a partir de los resultados obtenidos en la evaluación con carácter diagnostico formativa (ECDF), a partir de ello planteo una propuesta de intervención pedagógica para mis estudiantes de grado sexto (6°) sobre el fomento de capacidades perceptivo motrices donde debo llevar un proceso coherente y ordenado que permita observar los elementos del contexto donde realizo mi práctica pedagógica, el integrar en los procesos didácticos el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (Tic´s), además de realizar una construcción curricular que me permita cumplir con objetivos y metas propuestos en mi materia desde una mirada de la práctica, la teoría y el contexto.

Reflexión módulo 1. Contexto de la práctica pedagógica y educativa.

Este módulo me llevo a reflexionar lo importante que es para mí práctica pedagógica no solo las características sociales, económicas y culturales que enmarcan el entorno educativo, sino, también los propósitos planteados en el PEI, las necesidades de aprendizaje de los estudiantes en el actual contexto y el ambiente familiar como ejes fundamentales del proceso enseñanza aprendizaje en el ambiente escolar, también el buscar y generar nuevas alternativas

didácticas como aplicaciones, servicios, herramientas desarrolladas por medio los recursos audiovisuales, la informática y el internet, dentro del marco del uso de las tecnologías de la información y la comunicación (Tic´s) .

Por consiguiente, los desafíos pedagógicos de mi quehacer dentro y fuera del aula deben ir alineados no solo con la práctica realizada día a día, sino con el conocimiento que debo ir adquiriendo a través de mis procesos de formación, no se trata solo entregar una información o un conocimiento básico, sino que al contrario el estudiante pueda construir su propio conocimiento y significado a través de las vivencias y experiencias del entorno en el que se desenvuelve para que de esta forma lo que aprenda en la escuela le pueda servir para su vida.

Reflexión módulo 2. Reflexiones sobre la enseñanza como construcción curricular.

El módulo me permitió analizar como desde los componentes curriculares prescritos y modificados, de acuerdo a las necesidades de mis estudiantes y el contexto en el que se encuentran e incluyendo los procesos de enseñanza aprendizaje, modificar mi rol como catedrático para ser un docente facilitador y guía de los aprendizajes que desde la Educación física puedo desarrollar, fomentar y explotar en mis estudiantes.

Para ello debo tener en cuenta componentes como la planeación de mi clase como una forma de organizar los contenidos y no improvisar en las actividades que voy a realizar con mis estudiantes, los objetivos que pretendo alcanzar, el desarrollo de contenidos y actividades propuestos para cada sesión de clase, la evaluación como el medio para conocer lo aprendido y el nivel de competencia alcanzado, por último poder observar las debilidades que surgieron en el proceso y de esta forma realizar una reflexión pedagógica.

6. Plan de mejoramiento.

A pesar de que no se pudo realizar el proceso de intervención seria conveniente tener en cuenta el proyecto para buscar la interdiciplinariedad con otras materias y como se pueden llegar al conocimiento a través del fomento de estas habilidades perceptivomotrices, mediante diversas manifestaciones que favorescan su corpoeridad individual y colectiva con el entorno socio cultural.

BIBLIOGRAFÍA

Ayala, G. S. (abril de 2011). *El aerobic.* Obtenido de EFDeportes.com, Revista Digital.: http://www.efdeportes.com/efd155/que-es-el-aerobic.htm

Marín, M. (enero de 2009). *El aerobic en la escuela*. Obtenido de http://www.efdeportes.com/ Revista Digita: http://www.efdeportes.com/efd128/el-aerobic-en-la-escuela.htm

Porlán, R., & Martín, J. (8 edición 2000). *El diario del profesor. Un recurso para la investigación del aula.* Sevilla: DÍADA EDITORA S.L.

Trigueros Cervantes., C., & Rivera García., E. (2004). El desarrollo de las habilidades motrices a través del juego. *Fraile A. Didáctica de la educación física. Una perspectiva crítica y transversal*, 95-126. Obtenido de https://blogdejosefranciscolauracordoba.files.wordpress.com/2010/01/7-librofraile.pdf

Universidad de Antioquia, Educación para la cultura de Anntioquia, Indeportes Antioquia, & Instituto de Deportes y Recreación de Medellin. (S.f). *Guía curricular para la Educación Física.* Obtenido de Contenidos de la Educación Física para la Educación Básica.Capacidades perceptivomotrices: http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Perceptivomotrices.pdf

Valerio, A. (s.f.). *Segundo grado, bloque 5.* Obtenido de Elijo un reto: https://coleccion.siaeducacion.org/sites/default/files/files/bloque_5.pdf