

LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE

SEDE	Rafael Tello	PERIODO			
ESTUDIANTE		GRUPO	4 A B C	GUÍA No	5
ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA E INFORMÁTICA	JORNADA	MAÑANA		
DOCENTE	MARIA DEL PILAR CHAVES ROCHA	FECHA	AGOSTO 30		
TIEMPO DE DESARROLLO	AGOSTO 30 a OCTUBRE 15		DURACIÓN	7 SEMANAS	
METAS DE APRENDIZAJE					
<ul style="list-style-type: none">❖ Estimular a los niños desde temprana edad.❖ habilidad para mantener el cuerpo erguido y estable en acciones que incluyan el desplazamiento o movimiento de un sujeto.❖ Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.					
EJES TEMÁTICOS					
Calentamiento del cuerpo antes de hacer cualquier actividad física: El calentamiento o estiramiento de los músculos es imprescindible para realizar cualquier ejercicio físico. Tiene que ser simple pero bien hecho y así prevenimos esguinces, torceduras, que nos pueden provocar lesiones y graves fracturas.					
CONCEPTOS BÁSICOS					
La coreografía (literalmente «escritura de la danza») es el arte de crear estructuras en las que suceden movimientos.					
EL BAILE EN LOS NIÑOS A TEMPRANA EDAD					
El baile es una actividad que fortalece el ejercicio cardiovascular en los más pequeños. Es una práctica que mejora el sentido del equilibrio y ayuda a mejorar la coordinación, la concentración y la memoria.					
Bailar fortalece los músculos de los niños y niñas y mejora su flexibilidad. El baile permite que los niños afronten esos cambios con la autoestima mucho más alta igualmente desarrolla la inteligencia musical, el oído, el ritmo, la creatividad y la coordinación.					
Los bailes típicos de Colombia son una serie de ritmos musicales y expresiones dancísticas, producto del mestizaje cultural, que se han desarrollado históricamente a lo largo de todo el país.					
Estas danzas son una mezcla de las culturas precolombinas nativas, africanas y europea que, desde la Colonia, se fueron integrando hasta crear estas manifestaciones folclóricas. Cada región colombiana tiene sus propios ritmos y danzas que la distinguen. No obstante muchos de estos bailes se ejecutan por igual en distintas regiones del país.					
EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (INDICADORES DE DESEMPEÑO)					
Desempeños de aprendizaje esperado Realizo circuitos que me ayuden en la ubicación espacial utilizando objetos (pelota, aros, lazos, conos, etc...)					



LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE

Creo coreografías con mi expresión corporal, utilizando diferentes velocidades en el movimiento.

Expongo a mis padres la importancia de la actividad física para la salud.

ACTIVIDADES

Actividad 1	calentamiento del cuerpo
Actividad 2	competencia corporal
Actividad 3	Consulta y consigna en tu cuaderno todo lo relacionado a los bailes típicos de Colombia, ubícalos por sus regiones naturales.

RECURSOS

Humano, lápiz, libros, colores e internet, computador, Tablet o celular

CRITERIOS DE ENTREGA

Para la entrega de talleres de este tema, se debe elaborar una portada básica con: Área, grupo, número de guía, eje temático, nombre completo del estudiante y fecha de entrega o envío. La elaboración de este taller, debe ser con la asesoría de padres o familiares.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS (BIOGRAFÍA Y/O WEBGRAFÍA)

- <https://www.tecnologia-informatica.com/mouse-raton-historia-futuro/>
- <https://www.google.com/search?q=clase+de+edufisica+para+grados+cuarto+de+primaria+3+>
- <https://www.slideshare.net/enedinabricenoastuvilca/cuaderno-de-trabajo-ii-5-aos-personal-social>
- <https://co.pinterest.com/pin/806777720725651439/>
- <https://notimundo.com.mx/estados/como-evitar-que-ninos-y-adolescentes-sean-victimas-de-grooming/>
- <https://www.facebook.com/FiscaliaParaguay/posts/3913319672072715/>

ACTIVIDAD 1

RECUERDA...

- 🕒 Ubicar en casa un sitio limpio e iluminado con buen espacio para realizar tus actividades.
- 🕒 Consumir un desayuno o un refrigerio saludable antes de iniciar tus tareas.
- 🕒 Lavar muy bien tus manos.
- 🕒 Mantener en orden tu sitio de trabajo, el orden optimiza tu tiempo.
- 🕒 Ponerte ropa adecuada para realizar la actividad.
- 🕒 Hidratarte durante la actividad.
- 🕒 El acompañamiento de tus padres o de la persona que te cuida es muy importante para que comprendas mejor las actividades y puedas desarrollarlas.

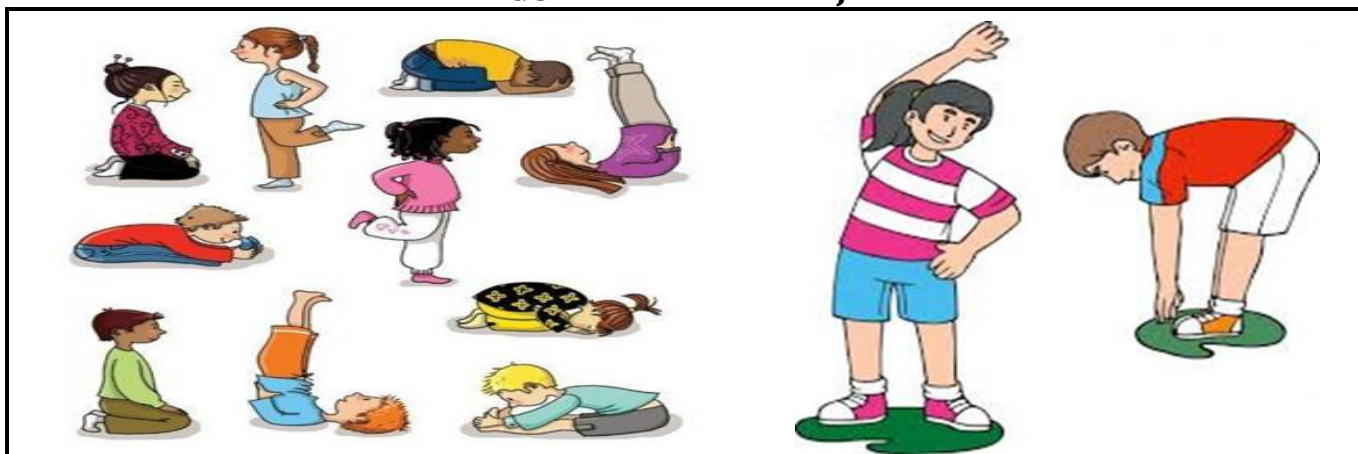
Calentamiento

Con estas actividades, el cuerpo comienza a ponerse en movimiento, lenta y progresivamente. El organismo se prepara para la tarea deportiva principal y, de esta forma, se evitan lesiones.

ACTIVIDAD	TIEMPO
Girar tobillos	2 minutos
Levantar las rodillas hacia la cadera	2 minutos
Mover los brazos como aspas de molino hacia adelante y hacia atrás.	2 minutos
Estirar y flexionar brazos	2 minutos
Separar los pies uno detrás del otro. Sin doblar el tronco bajar suavemente hasta estirar la pierna.	2 minutos
Agarrarse las manos por detrás de la espalda y estirar hacia atrás	2 minutos
Levantar un brazo. Doblar el otro por detrás de la cabeza y agarrar el codo. Moverlo suavemente hacia el hombro contrario	2 minutos



LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE



ACTIVIDAD 2

COMPETENCIA CORPORAL

- ♥ Menciona el nombre de dos bailes que sean de tu preferencia y practícalos en compañía de familiares o amigos.



Consulta y escribe en tu cuaderno de educación física, ¿Qué es una coreografía y su importancia?





LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE

¿A QUÉ CLASE DE DAZAS PERTENECEN LOS SIGUIENTES VESTUARIOS?

😊 Colorea y decora las vestimentas:





LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE

ACTIVIDAD 3



MAPALE

Consulta y consigna el tu cuaderno el mapa de Colombia indicando la ubicación de la folclórica de cada región.

danza

Ejemplo:

Une con una línea el traje típico con la región correspondiente.



Bullerengue

REGIÓN PACÍFICA

REGIÓN PACÍFICA



Mapalé



Cumbia

REGIÓN CARIBE

REGIÓN CARIBE



Guabina



Bunde

REGIÓN CARIBE

REGIÓN ANDINA

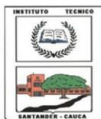


Sanjuanero



La Jaga

REGIÓN ANDINA



LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE

ACTIVIDAD 3

QUE ES EL INTERNET:

Internet se podría definir como una red global de redes de ordenadores cuya finalidad es permitir el intercambio libre de información entre todos sus usuarios. En este caso Internet sería una gran fuente de información práctica y divertida.



Que es un motor de búsqueda:

Un motor de búsqueda o buscador es un sistema informático que busca archivos almacenados en servidores web gracias a su araña web. Un ejemplo son los buscadores de Internet cuando se pide información sobre algún tema.



Que es una página web

Una página web, página electrónica, página digital o ciberpágina, es un documento o información electrónica capaz de contener texto, sonido, vídeo, programas, enlaces, imágenes, hipervínculos y muchas otras cosas, adaptada para la llamada Word Wide Web, y que puede ser accedida mediante un navegador web.



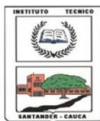
Que es una red inalámbrica

El término red inalámbrica se utiliza en informática para designar la conexión de nodos que se da por medio de ondas electromagnéticas, sin necesidad de una red cableada o alámbrica. La transmisión y la recepción se realizan a través de puertos.



Que puedo hacer con el internet

- Escuchar música.
- Buscar información
- Jugar.
- Ver películas y videos.
- Aprender
- Estudiar.
- Comunicarme con otras personas en diferentes países



1. Une cada dibujo con la palabra correcta.



BUSCADOR

INTERNET

PÁGINA WEB

NAVEGADORES

CONEXIÓN
INHÁLMBRICA

2. Selecciona las actividades que puedo realizar por medio del Internet:

Aprender

Guardar mis juguetes

Ver vídeos

Inflar globos

Jugar

Buscar Información

3. Escribe V si la oración es verdadera o F si la oración es falsa

El Internet es una gran red de computadores conectados entre sí.

Todos los computadores se tienen que conectar por cables para poder tener Internet.

El Internet solo sirve para ver vídeos.

En las páginas Web encontramos información que se comparte por medio del Internet.

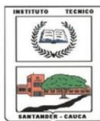
2. Escribe en la casilla: si es verdadero V y si es falso escribe F.

El monitor sirve para escuchar música.

Para escribir en el computador uso el teclado.

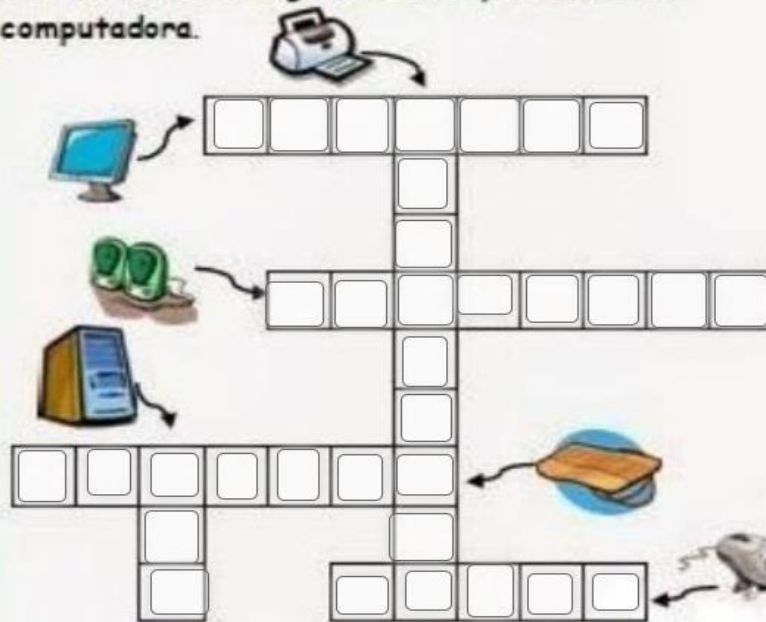
El cerebro de la computadora es la CPU.

El mouse o ratón sirve para escuchar ver las películas.



LECTIVO 2021
GUÍA DE APRENDIZAJE

1. Resuelve el crucigrama de las partes de la computadora.



Lee con papá y mamá o con un adulto responsable, entérate de uno de los peligros de la internet

¿Cómo evitar que las niñas, niños y adolescentes sean víctimas de **Grooming**?



No es recomendable que un niño o niña menos de 13 años, maneje cuentas en redes sociales o bien en las distintas plataformas digitales que existen y están de moda. Si se cuenta con el consentimiento de los padres, éstas mismas tendrán que ser supervisadas, específicamente en las configuraciones de privacidad.

Verifica a quien aceptas como amigo en tu perfil

Cuida tu información personal y fotos en redes

Usa contraseñas distintas en tus dispositivos electrónicos

Evita compartir imágenes y videos personales con desconocidos

Bloquea los perfiles electrónicos desconocidos

El Grooming es un delito de tipo cibernético, donde un adulto crea un perfil con identidad digital falsa y se hace pasar por un niño, niña o adolescente con el objetivo de buscar confianza



Grooming

El Grooming es el conjunto de estrategias y acciones que una persona adulta desarrolla para ganar la confianza de una persona, por lo general menores de edad, a través de Internet con el fin último de obtener concesiones de índole sexual.

Las víctimas más comunes son los menores si no hay un cuidado por parte de las personas adultas de su entorno.



TIPS PARA CUIDAR A LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES:

Concienciar a los menores sobre los peligros de la red y conocer los riesgos a los cuales pueden enfrentarse.



Mantener un diálogo abierto entre padres e hijos.



Acompañar el acceso de los niños y niñas a Internet y sus publicaciones. De la misma manera, evitar la comunicación con personas desconocidas es otra medida de seguridad.



No prohibir. Los niños y niñas de cierta edad deben poder usar Internet, pero con supervisión por parte de los padres, de las aplicaciones y plataformas que utilizan.



Utilizar herramientas y aplicaciones de seguridad en las computadoras que permiten filtrar sitios y contenidos potencialmente peligrosos para los menores de edad.

