



# COLEGIO CARLOS ALBÁN HOLGUÍN I.E.D.

*"Sueños con sentido de Vida"*

## Estrategias pedagógicas alternativas y de flexibilización curricular Para asegurar la atención educativa desde los hogares

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Resolución 8879 Dic. 7 de 2001 y 2068 Nov. 17 de 2015

DANE 111001002909

NIT 830.028.542-3

DOCENTE: OMAR ANDRES SILVA GUEPENDO		
ÁREA:ED. FISICA SEDE C	ASIGNATURA:ED FISICA	I.H.S.: 2
GRADO:	PRIMARIA 1 a 5	
DESEMPEÑOS:	<ul style="list-style-type: none"><li>Realiza actividad cardiovascular en casa en compañía de mi familia</li><li>Desarrollo mis capacidades físicas con ejercicios en casa</li></ul>	
TEMÁTICAS ASOCIADAS:	<ul style="list-style-type: none"><li>Exploración y creación</li><li>Actividad física en casa</li></ul>	
ACTIVIDADES PROPUESTAS		
<ul style="list-style-type: none"><li>Realiza la rutina de entrenamiento enfocada a niños entre los 6 y 12 años siguiendo las instrucciones dadas en el video</li><li>En compañía de un adulto o cuidador realizo la rutina de ejercicios , es obligatorio el uso de ropa cómoda para realizar la actividad, media y tenis (NO CHANCLAS), liquido hidratante (agua) una pelota u objeto y la mejor disposición</li><li>El video lo encontrara en la fuentes bibliográficas de igual forma se envía por whatsapp a los números que se han registro mediante los mensajes que se han recibido, donde lo podrán descargar como cualquier video y allí quedara sin importar que al momento de realizarlo necesite internet , si desea que video sea enviado a su número de whatsapp por favor escribir al número 322317695</li></ul>		
FUENTES BIBLIOGRÁFICAS O WEBGRAFÍA		
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=3vMLOr0H1zo&amp;t=164s">https://www.youtube.com/watch?v=3vMLOr0H1zo&amp;t=164s</a>		
ACCIONES DE EVALUACIÓN		
<ul style="list-style-type: none"><li>Trabajo y acompañamiento en familia</li><li>Actividad fisca para niños y familiares</li><li>Registro fotográfico o varios video no mayor a 15 segundos</li><li>Creatividad imaginación y esfuerzo</li></ul>		
OBSERVACIONES GENERALES		
<ul style="list-style-type: none"><li>La rutina de entrenamiento para los grados 1 y 2 se realiza una vez por semana y los grados 3 , 4, 5 dos veces por semana la duración es de 20 minutos y es lo mas semejante a una clase de educación física</li></ul>		



## COLEGIO CARLOS ALBÁN HOLGUÍN I.E.D.

*“Sueños con sentido de Vida”*

### **Estrategias pedagógicas alternativas y de flexibilización curricular Para asegurar la atención educativa desde los hogares**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Resolución 8879 Dic. 7 de 2001 y 2068 Nov. 17 de 2015

DANE 111001002909

NIT 830.028.542-3

- **Las actividades se plantean de forma que puedan ser desarrolladas de forma lúdica y que sean de agrado para todos en estos momentos de dificultad**
- **El registro fotográfico (puede ser dibujado) se enviara al correo [edfisicatardesedec@gmail.com](mailto:edfisicatardesedec@gmail.com) o al numero de whatsapp +573223176957**
- **Cada registro enviado al correo o al whatsapp debe llevar nombre y curso del estudiante jornada tarde**

#### **FIRMA DOCENTE**

OMAR ANDRES SILVA G  
DOCENTE EDUCACION FISICA  
JORNADA TARDE