



COLEGIO UNION EUROPEA IED

” Formadores de líderes en Tecnologías de la Información y la Comunicación”

<http://colegiounioneuropeaied.com>

<https://www.redacademica.edu.co/colegios/colegio-union-europea-ied>

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Resolución No. 2208 del 30 de Julio de 2002 DANE 111001030830 NIT 830.020.653-6

TITULO UNIDAD DE APRENDIZAJE	Guía 1 Segundo trimestre		Semana	Abril 27 a Mayo 1	
			Intensidad horaria:	2 horas de clase	
ASIGNATURA	Inglés	DOCENTE	Claudia Fulano	GRADO	11°
OBJETIVO	Conocer de antemano los desempeños que se esperan desarrollar en la asignatura en el segundo trimestre, teniendo en cuenta la estrategia aprender en casa.				
COMPETENCIA	Participar de forma activa entendiendo que la participación es esencial en el proceso de formación integral.				
ACTIVIDAD	1. Copiar la planeación del segundo trimestre. 2. Hace una reflexión y análisis completando el cuadro que aparece la final de la guía. Sólo caso que no le haya llegado la invitación a ser miembro activo en el aula GOOGLE CLASSROOM, después de haber revisado los spam , el estudiante puede enviar la actividad a mi correo de Hotmail o Gmail. (claudiafulano@hotmail.com o claudiafulano@gmail.com)				
MATERIAL DE APOYO	https://tdefitness.com/vida-sana/que-es-el-acondicionamiento-fisico/				
PRODUCTOS	Enviar el segundo punto				
SEGUIMIENTO DE LA ACTIVIDAD	Preguntas y dudas por el aula virtual: GOOGLE CLASSROOM, grupo e whatsapp o en la sesión virtual.				
FECHA LÍMITE DE ENTREGA	FECHA LIMITE DE ENTREGA: Miércoles , 29 de abril.				

RUBRICA DE EVALUACIÓN

SUPERIOR (4,6-5)	ALTO (4,2- 4,5)	BÁSICO (3,6-4,1)	BAJO (1-3,5)
Alcanzó ampliamente el objetivo y la competencia, cumpliendo con todo el proceso propuesto en el tiempo establecido, se preocupa por profundizar e investigar.	Alcanzó ampliamente el objetivo y la competencia, cumpliendo con el proceso propuesto en el tiempo establecido.	Alcanzó el objetivo y la competencia con alguna dificultad en proceso propuesto.	No alcanzó el objetivo ni la competencia propuesta porque presenta incumplimiento con las entregas de los productos propuestos.

1. Copiar la planeación para el segundo trimestre (adaptación para la estrategia aprender en casa) (PÁGINA SIGUIENTE)

Ejes curriculares	Enunciado identificador	Contenidos	Conocimientos básicos	Desempeños
Motriz Axiológica corporal Expresiva corporal	Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución. Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal. Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Conceptual: Condición física. Subconceptos: • Importancia del estiramiento para la actividad física. • Malas posturas corporales y la actividad física como prevención. • Elementos para la elaboración de planes de ejercicio físico. Actitudinal: Cuida su cuerpo cotidianamente teniendo en cuenta los elementos vistos en la clase. Técnicas: Elaboración de un plan diario de ejercicio físico y cuidado corporal.	Nutrición. Elementos básicos del metabolismo. Entrenamiento individual. Cargas, series, intensidad y tiempo. Actividad física y grupos de edad. Enfermedades comunes por inactividad física. Elementos claves de la fisiología del ejercicio: termorregulación corporal, hidratación, contracción muscular, postura corporal.	• Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello. • Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física. • Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.

2. Completar el siguiente cuadro y enviarlo como trabajo de ésta semana.

Desempeños esperados	¿Cuál actividad podría hacer para evidenciarlo?	¿Por qué es importante en la vida cotidiana éste desempeño?
Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.		
Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física y también en la vida cotidiana		
Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.		

Colegio

Sede A Carrera 18 M No. 63D-09 sur

Sede B Calle 69B Sur No. 17Ñ-94

Teléfono colegio 7658390-3043986134 - 3057980584

Código Postal 111951 cedunioneuropea19@educacionbogota.edu.co www.educacionbogota.edu.co

Tel: 3241000 Línea 195