



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO**  
**“Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso”**  
**GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA, MEDIA.**

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

Nombre completo del estudiante		Grupo	5°
--------------------------------	--	-------	----

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:**  
**¿Cómo a través de los tics adquiero estrategias que contribuyan al mejoramiento de los aprendizajes y al desarrollo de mis competencias en las diferentes áreas del aprendizaje?**

ÁMBITOS CONCEPTUALES	DÍA	ÁREA
Los juegos, las Danzas y el tiempo libre	Septiembre 25 al 9 de Octubre	EDUCACIÓN FÍSICA ( PROYECTO DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE)

**EXPLORACIÓN**  
**Actividades previas**



Teniendo en cuenta la figura o imagen, contestar en tu cuaderno de educación física lo siguiente:

1. ¿Cómo las TICS pueden aportar al aprovechamiento del tiempo libre de las personas de hoy?
2. ¿ Aprovechas tu tiempo libre en la comunicación digital, cuánto tiempo le dedicas a diario?
3. Escriba qué medios digitales utilizas a diario en tu tiempo libre.

**ESTRUCTURACIÓN**  
**Actividades de construcción conceptual**

**MOMENTO PARA APRENDER:**

**Leer comprensivamente el siguiente texto:**

Todos los seres humanos para poder desarrollarse en todos los aspectos de su vida y ser personas íntegras necesitan realizar diversas actividades, que fomenten su evolución y aprendizaje, sin embargo en el transcurso del día, una persona no puede estar totalmente ocupada en una actividad diferente a cada momento, es necesario (por distintas razones) que goce de momentos en los que no se ocupe en algo, ese periodo es conocido como tiempo libre, en el cual la recomendación es que lo aproveche para descansar y relajarse para que el estrés no se aparte de su vida.

Generalmente el **tiempo libre** es conocido como aquel lapso de tiempo en los que no se tiene una obligación por cumplir, y en caso contrario existen deberes que pueden ser de diversa índole como estudios, trabajo, quehaceres domésticos, entre otros. En el lapso del tiempo libre la mayoría de las tareas que se llevan a cabo son actividades del tipo recreativas o de distracción.

En casi todas las labores obligatorias el horario para su cumplimiento es impuesto por alguien más, en el caso de los estudios viene dado de parte del instituto académico, en el trabajo es impuesto por la empresa o patrono, etc. Todo lo opuesto ocurre con el tiempo libre, en donde el titular del mismo es quien decide el momento para hacer uso de él.





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO**  
*“Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso”*  
**GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA, MEDIA.**

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

El hecho de que una persona cuente con tiempo libre o de ocio en su vida es necesario por diversas razones, por ejemplo para socializar y así poder interactuar de un modo divertido con otras personas, para gozar de buena salud física (debido a que ese tiempo libre puede ocuparlo en hacer ejercicio o deportes en grupo) y salud mental (para poder distraerse de las preocupaciones y obligaciones de aquellas labores cotidianas). Al momento en que un sujeto realiza en su tiempo libre actividades de ocio siente que está satisfaciendo ciertas necesidades que su humanidad le reclama.

Sin embargo la diferencia en una actividad recreativa y una actividad obligatoria depende de la persona que la realiza, por ejemplo algunos pueden realizar un deporte como el fútbol por placer y como modo de distracción, pero para otros es su profesión, por tal motivo es una obligación, todo radica en la utilidad que las tareas le puedan generar y su ganancia económica

**TRANSFERENCIA**  
**Actividades de aplicación**

**MOMENTO PARA PRACTICAR:**

Contestar en su cuaderno de educación física lo siguiente:

1. Que juegos o actividades realizas en tu tiempo libre en casa , escriba doce (15) y dibujarlos o recortar y pegarlos solo diez(10).
2. Seleccione solo una(1) actividad o juego que te guste realizar mucho de las doce (12) que escogiste en el punto anterior y explique porque te gusta tanto?
3. ¿ Qué juegos o actividades realiza con tus padres o acudientes en casa durante el tiempo libre? escríbalos.
4. Realizar o practicar tres (3) de los juegos o actividades que haces en tu hogar en el tiempo libre y dibujarlos.
5. Escriba las actividades intelectuales que realizas en tu tiempo libre.
6. ¿ Qué deportes o actividades entrenabas o realizabas antes de la pandemia ?, escribirlas.
7. ¿ Qué actividades te gustaría practicar en tu tiempo libre y que no has podido realizar por muchos factores?

**EVIDENCIA EVALUATIVA**

**FECHA DE REVISIÓN: Septiembre 25 al 9 de Octubre**

**MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO**

Correo electrónico:  
juan@iefelixdebedoutmoreno.edu.co  
Whatsapp: 300 7678154  
HORARIO:  
De lunes a Viernes de 7:00 Am a 12:00 Pm.

**QUE RECIBIR**

Fotos del trabajo del cuaderno, prácticas de ejercicios o Dibujos de ejercicios propuestos en las guías u otras que se le pidan en el desarrollo de las guías. Y enviar al whatsapp o el email del docente.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Educación física, Básica Primaria. Carlos Bonilla B. Hipolito Camacho C. editorial Kinesis. 1999.
  - Manual práctico para el desarrollo psicomotor del escolar, Rosario González Bravo. Colección Cultura física y Deportiva. Vol. 1. 1993.
- <https://definicion.de/tiempo-libre/>  
<https://www.divulgaciondinamica.es/blog/organizacion-actividades-animacion-ninos/>  
<https://conceptodefinicion.de/tiempo-libre/>