

Docente: Profr. Jorge Antonio Lara Espinosa	Temporalidad: del martes 4 al viernes 14 de febrero de 2025.
---	--

Grado: 2°	Grupos: A	Momento: 2°
-----------	-----------	-------------

Disciplina	EDUCACIÓN FÍSICA
Código	8.2.5. y 8.2.6.
Tema	LA CLAVE ES HACER CONDICIÓN FÍSICA.
Propósito	Que los estudiantes realicen la práctica regular de actividad física, que es clave para una vida saludable y equilibrada.
Contenido	Estilos de vida activos y saludables
Procesos de desarrollo de aprendizaje:	Reflexiona acerca de los factores que afectan la práctica sistemática de la actividad física, para proponer acciones que contribuyen a modificarlos o eliminarlos

35 Experimentación	Apertura	Calentamiento y preparación para la actividad física.
	Desarrollo	Realización de diferentes actividades físicas, desde deportes hasta ejercicios de fuerza y flexibilidad. 
	Cierre	Reflexión sobre la experiencia y cómo se relaciona con los factores discutidos anteriormente. Esto se plasmará en la libreta del estudiante.
36 Evaluación de progreso	Apertura	Elaboración de los planes de acción individuales y seguimiento del progreso.
	Desarrollo	Discusión sobre los desafíos encontrados y los logros alcanzados desde la implementación de los planes de acción. Reporte físico-deportivo de los estudiantes. Ejemplo:





<p><b>38</b> Cierre y seguimiento</p>	Apertura	Reflexión sobre el proceso de aprendizaje y crecimiento personal a lo largo del tema.
	Desarrollo	<p>Compromiso de mantener la práctica regular de actividad física y apoyo mutuo entre compañeros. Ejemplo de formato de compromiso deportivo.</p> <p style="text-align: center;"><b>CARTA DE COMPROMISO</b></p> <p>Conste por el presente, documento que yo, <b>BRAYAN MANUEL TARAZONA SAAVEDRA</b>, identificado con DNI N° 739772017, domiciliado en C.P. Victor Raul Haya de la Torre Mz C Lote 04 - Provincia de Barranca y Departamento de Lima, afiliado al Club Deportivo Micaela Bastidas, categoría de la Primera División de la Liga Distrital de Fútbol de Barranca, manifiesto;</p> <p><b>PRIMERO.-</b> Me comprometo a jugar por el Club Deportivo Cosmos de Pampa San Alejo, de la Primera División de la Liga Distrital de Fútbol de Barranca, el mismo que ha solicitado mis servicios como jugador en calidad de <b>REFUERZO</b> de conformidad con las normas y disposiciones emanadas por la Federación Peruana de Fútbol.</p> <p><b>SEGUNDO.-</b> El Club Deportivo Cosmos de Pampa San Alejo, asume toda responsabilidad por mi integridad física en caso de sufrir alguna lesión de consideración mientras dure mi participación en las etapas de la Copa Perú.</p> <p><b>TERCERO.-</b> El Club Deportivo Cosmos de Pampa San Alejo, queda plenamente autorizado a realizar las gestiones de la inscripción como <b>REFUERZO</b> ante las autoridades deportivas que corresponda.</p> <p>Para mayor constancia firmo el presente compromiso.</p> <p style="text-align: right;">Barranca, 23 de Abril del 2018.</p> <p style="text-align: center;">_____ <b>BRAYAN MANUEL TARAZONA SAAVEDRA</b> DNI N° 739772017</p>
	Cierre	Evaluación del tema y retroalimentación final para mejorar futuras experiencias de aprendizaje.

**Anexo 7**

INDICADORES	INSUFICIENTE (1)	BÁSICO (2)	ACEPTABLE (3)	BUENO (4)	EXCELENTE (5)	SUM A
Identificación de factores que afectan la práctica sistemática de la actividad física	No identifica los factores relevantes o identifica solo uno de manera superficial	Identifica algunos factores, pero de manera limitada o poco fundamentada	Identifica la mayoría de los factores relevantes de manera clara y fundamentada	Identifica todos los factores relevantes de manera clara, fundamentada y con profundidad	Identifica todos los factores relevantes de manera excepcionalmente clara, fundamentada y con profundidad, mostrando un entendimiento	



Propuestas para modificar o eliminar los factores identificados	No propone acciones para modificar o eliminar los factores identificados	Propone acciones generales o poco específicas para modificar o eliminar algunos de los factores identificados	Propone acciones específicas y viables para modificar o eliminar la mayoría de los factores identificados	Propone acciones específicas, viables y bien fundamentadas para modificar o eliminar todos los factores identificados	Propone acciones específicas, viables, bien fundamentadas y creativas para modificar o eliminar todos los factores identificados, mostrando un entendimiento completo de cómo abordar cada uno	completo de los mismos
	El análisis y las propuestas carecen de coherencia y organización	El análisis y las propuestas son poco coherentes u organizados	El análisis y las propuestas son coherentes y están organizados de manera aceptable	El análisis y las propuestas son altamente coherentes y están bien organizados	El análisis y las propuestas son excepcionalmente coherentes y están muy bien organizados, facilitando su comprensión y seguimiento	Total