



GUÍA DE APRENDIZAJE N° 04

JUAN MANUEL TIERRADENTRO PAIBA JEISON CHAYANNE TRUJILLO VALDERRAMA.		CONSTITUCION POLITICA –(901,902) EDUCACION FISICA –(901, 902)	GRADO: NOVENOS
E-mail del docente JUAN MANUEL TIERRADENTRO JEISON CHAYANNE TRUJILLO	juanpaiva1201@gmail.com lic.yeison1987@gmail.com		Celular docente: 3227879892 3203651283
Correo Institucional	silvania.gigante@sedhuila.gov.co reinsilvania@yahoo.es	o	Celular Institucional: 3162689116 - 3138113141

Nombre del estudiante:	
------------------------	--

Nombre de la Unidad de aprendizaje: EUCACION FÍSICA: FUNDAMENTOS DEL FRISBEE – CONSTITUCION POLÍTICA: PARTICIPACION POLITICA EN COLOMBIA.
Fecha de elaboración: abril 28 -2021.
DBA O Lineamiento Curricular Constitución política: Analiza los cambios sociales, políticos, económicos y culturales en Colombia en el siglo XX y su impacto en la vida de los habitantes del país DBA o Lineamiento Curricular Educación Física: Reconoce la importancia de los juegos pre deportivos como transferencia del atletismo.
Contenidos de aprendizaje: EUCACION FÍSICA: FUNDAMENTOS DEL FRISBEE – CONSTITUCION POLÍTICA: PARTICIPACION POLITICA EN COLOMBIA.
Tiempo para el desarrollo de la actividad de constitución política: Para el desarrollo de la guía trabajar UNA HORA los días miércoles del mes de abril. Tienen 5 horas para el desarrollo de la guía N°3. Tiempo para el desarrollo de la actividad de educación física: Para el desarrollo de la guía tres se recomienda trabajar DOS HORAS los días lunes del me abril. Tienen 10 horas para el desarrollo de la guía.
Indicador de desempeño educación física: Reconocer la importancia del ultimate como deporte de formación.
Indicador de desempeño constitución política: Examina las funciones y mecanismos que tienen los organismos de protección.

SALUDO Y MOTIVACIÓN:

“Mil puertas podrán cerrarse frente a mí, pero Dios abrirá una sola que hará la gran diferencia”



Buenos días estudiantes y Padres de Familia de los grados 901 y 902 ,la bendición de Dios les acompañe siempre. Las áreas de Educación Física y constitución política nos hemos unido para llegar a ustedes con una guía donde desarrollarán las competencias de forma integral, ahorrando más tiempo y logrando aprendizajes más significativos, esperamos sea de su agrado y la realicen con gran entusiasmo esta y las siguientes guías de aprendizaje durante este año **2021**, de la mejor manera y con excelente actitud. No olviden utilizar correctamente los protocolos de bioseguridad, con el fin de proteger su salud y la de sus seres queridos. Primero lee todo el contenido de la guía antes de desarrollar las actividades. Luego busca un sitio adecuado y cómodo para trabajar. En el cuaderno antes de iniciar escriba su **Nombre completo, el área, el grado y el número de guía**. Luego copia el contenido y las actividades de la guía. Finalmente desarrolla las actividades de la guía en el **CUADERNO**. Los estudiantes que tienen dificultad para enviar las evidencias pueden ir donde la señora Bibliotecaria quien les colaborará para tomar fotos y enviarlas. Si tienen alguna duda sobre el desarrollo de las actividades, pueden contactar la docente por medio de llamada o mensaje en WhatsApp al teléfono que aparece al inicio de esta guía.

BIBLIOGRAFÍA: <https://www.iehectorabadgomez.edu.co/index2.php?id=63526&idmenutipo=5191>

ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA: ENVÍAN AL DOCENTE JEISON CHAYANNE TRUJILLO VALDERRAMA

Celular: 3203651283

E-mail : lic.yeison1987@gmail.com

Para el desarrollo de la actividad 1 utiliza 5 horas

Grado 9

ACTIVIDAD 1:

Realizo los siguientes dibujos en el cuaderno; **observación** si quiere los puede realizar en casa y enviar una foto o video realizando para el desarrollo de los ejercicios puede utilizar una tapa de la olla.



GESTOS TÉCNICOS DEL ULTIME O FRISBEE

grafico 1: el agarre del fisbee

En este lanzamiento se resalta la participación que tiene el tronco con un movimiento de rotación que le imprime fuerza. La rotación se percibe mejor en los lanzamientos largos, donde se necesita más velocidad de salida del frisbee.

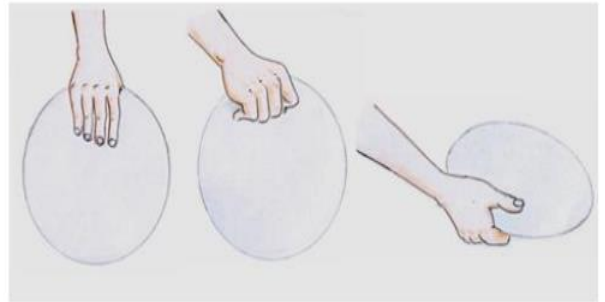


Gráfico 8. El agarre del frisbee

grafico 2: técnica del lanzamiento

- I. Momento de impulso: flexión de hombro y brazo, flexión de muñeca, rotación interna de codo derecho, rotación izquierda de tronco.
- II. Momento de fuerza: extensión de brazo, aducción de hombro, rotación derecha de tronco.
- III. Momento de impresión de giro para el vuelo: abducción de muñeca.
- IV. Momento de acierto: suelta el frisbee.



Gráfico 9. La técnica del lanzamiento backhand

Grafico 3: Agarre del frisbee para el lanzamiento

- I. Momento de impulso: rotación externa de codo, abducción de muñeca.
- II. Momento de fuerza e impresión de giro: rotación interna de codo derecho, con aducción de muñeca.



Gráfico 10. La técnica del lanzamiento forehand

- III. Momento de tino o acierto: suelta el frisbee.

Grafico 4: Posisicon que adptan los juagdores mientras defienden

1. Impulso. Con aceleración en la carrera.
2. Fase de desaceleración. Se debe realizar de manera que genere suficiente flexión de para que se realice una extensión explosiva.

Actividad 2:

Teniendo en cuenta el reglamento básico, lo escribo en el cuaderno.

EL REGLAMENTO BÁSICO

Según Brolles (1989) las consideraciones que se deben tener durante la práctica del deporte son las siguientes:

1. Los jugadores pueden desplazarse libremente sobre toda la superficie de juego incluyendo la zona de gol.
2. Un punto es marcado cuando se realiza un pase correcto a un compañero que está situado en la zona de gol del adversario.
3. El frisbee debe trasladarse únicamente por pases; el lanzador no puede correr con el frisbee.
4. Durante la posesión del frisbee no se puede cambiar de pie de pivote.
5. El frisbee puede estar en manos del jugador máximo diez segundos.
6. No se puede hacer auto pase; es decir, el lanzador no puede recepcionar el frisbee cuando él mismo lo haya lanzado.





7. Un pase es incompleto cuando el frisbee es interceptado por un jugador del equipo adversario; cuando toca el piso antes de ser atrapado por el receptor y cuando entra en contacto con un objeto fuera del terreno de la cancha.
8. El contacto corporal es prohibido entre los jugadores (atacantes y defensas). Se debe jugar con respeto a la integridad y control de las acciones defensivas, lo que se conoce como espíritu de juego.
9. Los otros jugadores deben permanecer a una distancia mínima de tres metros del portador del frisbee.

ACTIVIDAD DE CONSTITUCION POLITICA ENVIAR AL Docente: Juan Manuel Tierradentro Paiba. (901 – 902).

CELULAR: 3227879892

EMAIL : juanpaiva1201@gmail.com

ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE N°4
Actividad N°1

Hola buen día espero hayan amanecido bien y con las energías recargadas para el desarrollo de la guía N°4 de constitución política, a continuación vamos a ver un tema nuevo, la participación política en Colombia con sus aspectos y objetivos, leen y copian en el cuaderno el contenido para poder responder el cuestionario que se encuentra al final, cualquier inquietud se pueden comunicar a los números

La preocupación central de una democracia auténtica consiste en garantizar que todos los miembros de la sociedad tengan una posibilidad real e igual de participar en las decisiones colectivas. Así, cuando nuestra Constitución establece desde su primer artículo que Colombia es una República democrática y participativa, está asumido el reto y el compromiso de promover la participación ciudadana en todos los espacios de la vida social. Los mecanismos de participación ciudadana son una serie de herramientas establecidas en la Constitución de 1991 para asegurar e incentivar la movilización de la población colombiana. Todos los individuos de nuestra sociedad con capacidad de voto tienen el derecho de poner en práctica el uso de los mecanismos de participación para asegurar su participación en la toma de decisiones y la resolución de los problemas que afectan el bien común. El objetivo de los mecanismos de participación ciudadana es brindar garantías y beneficios para que el pueblo colombiano pueda incidir en cambios dentro de los sistemas judicial, ejecutivo y legislativo.

Los mecanismos brindan las siguientes garantías:

- ❖ Votar de manera privada
- ❖ Militarizar zonas para brindar seguridad a los participantes de votaciones, huelgas, paros, manifestaciones etc.
- ❖ Mostrar su inconformidad o apatía frente a un partido político o a un dirigente.
- ❖ Garantizar que las leyes se cumplan por parte del Gobierno.

Teóricamente, los beneficios que adquiere el pueblo por hacer uso de los mecanismos de participación se ven reflejados en:

- ✓ La respuesta efectiva y obligatoria por parte de los entes del gobierno.
- ✓ El establecimiento de una relación más directa entre el Gobierno y el pueblo. Por ejemplo, los mecanismos de participación le dan la posibilidad a los votantes de fiscalizar si el Gobierno está cumpliendo el programa que presentó durante la campaña y por el cual fue elegido por la mayoría.
- ✓ Beneficios menores, como aquellos que se les ofrece a los votantes por su sufragio, reflejados en rebajas del precio en las pensiones, rebajas de tiempo en el servicio militar obligatorio, días libres de trabajo, etc.

¿Cuáles son los mecanismos de participación ciudadana?

A través de toda una serie de herramientas consagradas en la Constitución y reguladas en las leyes nacionales, los colombianos podemos entablar una relación directa con las autoridades públicas, dar a conocer nuestras propuestas, presionar para que sean adoptadas, opinar sobre asuntos públicos, exigir el cumplimiento de las normas, vigilar la conducta de los dirigentes, tomar decisiones que nos afectan a todos o sancionar a los gobernantes que actúan de forma equivocada, entre otras formas de participación. Para ello, se han establecido una serie de mecanismos de participación que tienen la naturaleza de un derecho político fundamental, atribuido a todo ciudadano, con el objetivo de que cada uno pueda participar en la conformación, ejercicio y control del poder político. La Ley 134 de 1994, que reglamenta todo lo relativo a mecanismos de participación ciudadana, regular detalladamente: la iniciativa popular legislativa y normativa, el referendo, la consulta popular, la revocatoria del mandato, el plebiscito y el cabildo abierto.

Los mecanismos de participación política son los siguientes:



GOBERNACIÓN DEL HUILA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SILVANIA / MUNICIPIO DE GIGANTE

Decreto de Creación de la Institución 1505 del 26 de noviembre de 2002
Aprobación de Estudios Resolución 1795 de L. 06 de marzo de 2020 Asociando mediante Nit. 813002490 – 4 DANE: 241306000150



- 1. EL VOTO:** Herramienta mediante la cual el ciudadano colombiano elige de manera activa a las personas que considera idóneas para su representación en las instituciones del gobierno (Presidencia, vicepresidencia, Cámara de representantes, Senado, Alcaldías, Gobernaciones, Concejos distritales y municipales, Alcaldías locales).
- 2. EL PLEBISCITO:** Herramienta utilizada por el Presidente de la República para refrendar una decisión con la opinión del pueblo. El Presidente anuncia el uso del plebiscito y los ciudadanos votan para apoyar o rechazar la decisión puesta en cuestión.
- 3. EL REFERENDO:** Herramienta utilizada para convocar a los ciudadanos a la aprobación o al rechazo de un proyecto de ley o una norma jurídica vigente. El referendo puede ser nacional, regional, departamental, distrital, municipal o local.
- 4. EL REFERENDO DEROGATORIO O APROBATORIO:** Herramienta mediante la cual se pone a consideración de la ciudadanía la derogación o aprobación de una ley, una ordenanza, un acuerdo o una resolución local.
- 5. LA CONSULTA POPULAR:** Herramienta mediante la cual se plantea una pregunta de carácter general sobre un asunto de trascendencia nacional, departamental, municipal, distrital o local, por parte del Presidente de la República, el Gobernador o el Alcalde, para que los ciudadanos se pronuncien al respecto. Este mecanismo puede ser utilizado para convocar una Asamblea Constituyente, con el fin de someter a consideración popular las decisiones allí establecidas.
- 6. EL CABILDO ABIERTO:** Es la reunión pública de los concejos distritales, municipales y de las juntas administradoras locales (JAL), con el objetivo de que los habitantes puedan participar directamente en la discusión de asuntos de interés para comunidades.
- 7. LA INICIATIVA POPULAR:** Es el derecho político de un grupo de ciudadanos de presentar proyectos de ley y de acto legislativo (que pretende reformar la constitución) ante el Congreso de la República, de ordenanza ante las Asambleas Departamentales, de acuerdo ante los Concejos Municipales o Distritales y de resolución ante las Juntas Administradores Locales (JAL), y demás resoluciones de las corporaciones de las entidades territoriales, de acuerdo con las leyes que las reglamentan, según el caso, para que sean debatidos y posteriormente aprobados, modificados o negados por la corporación pública correspondiente.
- 8. LA REVOCATORIA DE MANDATO:** es un derecho político por medio del cual los ciudadanos dan por terminado el mandato que le han conferido a un Gobernador o a un Alcalde.
- 9. LA TUTELA:** Es el mecanismo creado en el artículo 86 de la Constitución de 1991, mediante el cual toda persona puede reclamar ante los jueces la protección inmediata de sus derechos constitucionales fundamentales, cuando estos resultan vulnerados o amenazados por la acción o la omisión de cualquier autoridad pública o de los particulares en los casos.

ACTIVIDAD N°2

1. Realice un mapa conceptual sobre los mecanismos de participación política en Colombia
2. Realice 5 preguntas con respuestas sobre el tema la participación política.
3. Por medio de imágenes o caricaturas represente los mecanismos de participación



ACTIVIDAD N°3

Buscar en la sopa de letras las siguientes palabras.

MECANISMOS DE PARTICIPACIÓN

Encuentra las palabras en la sopa de letras

B	C	K	H	D	E	M	O	C	R	A	C	I	A
I	O	P	L	E	B	I	S	C	I	T	O	U	D
N	N	P	V	V	R	E	F	E	R	E	N	D	O
I	S	H	K	S	O	D	E	R	E	C	H	O	S
C	U	P	O	L	I	T	I	C	A	M	B	Z	C
I	L	Q	U	B	V	R	O	E	A	Y	P	U	U
A	T	C	I	U	D	A	D	A	N	O	S	V	H
T	A	R	E	V	O	C	A	T	O	R	I	A	B
I	P	A	R	T	I	C	I	P	A	C	I	Ó	N
V	Y	H	T	T	C	A	B	I	L	D	O	K	W
A	D	D	E	R	O	G	A	T	O	R	I	O	E
A	P	R	O	B	A	T	O	R	I	O	K	Z	Q
C	V	H	P	E	T	U	T	E	L	A	M	L	U
O	P	P	O	P	U	L	A	R	O	R	Q	O	R

- Aprobatorio
- Ciudadanos
- Democracia
- Derogatorio
- Participación
- Política
- Referendo
- Tutela
- Cabildo
- Consulta
- Derechos
- Iniciativa
- Plebiscito
- Popular
- Revocatoria
- Voto

EVALUACIÓN ESCOLAR

Se tendrá en cuenta la fluidez de cada respuesta, la buena presentación de las mismas y que estén desarrolladas en el cuaderno. Por favor tomar evidencias (fotos) del trabajo en casa y enviarlas al WhatsApp de la docente. El tiempo de envío oportuno de las evidencias es desde el momento que se les entreguen **hasta el 30 de abril**. Se reciben evidencias de lunes a viernes desde las 7:30 a.m. hasta las 6:00 p.m. Si no pueden enviar fotos, pueden ir donde Doña Mireya la bibliotecaria de la institución para tomarlas y enviarlas. Si tienen alguna duda o inquietud sobre las actividades pueden contactarse con la docente por llamada o mensaje WhatsApp.

AUTOEVALUACIÓN (10%): responsabilidad de los trabajos realizados.

COEVALUACIÓN (10%): trabajo colaborativo y seguimiento con los padres de familia o cuidadores.

HETEROEVALUACIÓN (80%): guías presentadas en el tiempo estipulado