



GUÍA DE APRENDIZAJE Nº 03

DOCENTES: LUCY ZAPATA TAPIERO DOCENTE: JEISON CHAYANNE TRUJILLO DOCENTE: JUAN MANUEL PAIBA		ÁREAS: ÉTICA, EDUCACIÓN FÍSICA, CONSTITUCIÓN POLÍTICA.	GRADO: DECIMO
E-mail del docente: LUCY ZAPATA TAPIERO JEISON CHAYANNE TRUJILLO JUAN MANUEL PAIBA TIERRADENTRO	cluyzt@hotmail.com lic.veison1987@gmail.com juanpaiva1201@gmail.com	Celular docente: 3125979470 3203651283 3227879892	
Correo Institucional	silvania.gigante@sedhuila.gov.co reinsilvania@yahoo.es	o	Celular Institucional: 3162689116 - 3138113141

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

Nombre de la Unidad de aprendizaje Ética: en mi economía personal tengo valores, Constitución política: Origen de los partidos políticos en Colombia, Educación física: Aplicación de test.
Fecha de elaboración: marzo 14 -2021.
DBA O Lineamiento Curricular: DBA O Lineamiento Curricular Ética: Identificar los valores que hacen parte de la economía personal DBA O Lineamiento Curricular Edufísica: Reconocer la importancia de los test físicos como preparación de la condición física del ser humano DBA O Lineamiento curricular Constitución: Interpreta el papel que cumplen los organismos internacionales como formas de alianza y organización entre los Estados y que responden a los intereses entre los países.
Contenidos de aprendizaje: Ética en mi economía personal tengo valores, Constitución política: Origen de los partidos políticos en Colombia, Educación física: Aplicación de test
Tiempo para el desarrollo de la actividad: Semanas del 5 de abril al 07 de mayo de 2021 Tiempo para el desarrollo de la actividad de ética- religión: para el desarrollo de la guía trabajar una hora los días viernes (5 horas) Tiempo para el desarrollo de la actividad de educación física: para el desarrollo de la guía trabajar dos horas los días martes (10 horas) Tiempo para el desarrollo de la actividad constitución política: para el desarrollo de la guía trabajar una hora los días martes (5horas)
Indicadores de desempeño Ética: Argumenta porque es importante elaborar su proyecto personal de vida. Indicador de desempeño Educación física: Desempeño de recursos en la ejecución de los test físicos Indicador de desempeño Constitución política: Comprende las características del estado social de derecho y su importancia para garantizar los derechos ciudadanos

SALUDO Y MOTIVACIÓN:

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



Buenos días, estudiantes deseando que la sabiduría y la confianza en Dios, se multipliquen en sus vidas cada día. Recuerden que se han integrado las áreas de ÉTICA, EDUFISICA Y CONSTITUCION POLITICA con el fin de llegar a ustedes con una guía donde desarrollarán las competencias de forma integral, ahorrando tiempo y logrando aprendizajes más significativos; esperamos sea de su agrado y la desarrollen con gran motivación. 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

1 ACTIVIDADES DE ETICA Y VALORES: ENVÍAN A LA DOCENTE LUCY ZAPATA TAPIERO

Contenidos: SER PERSONA

La persona es aquella que tiene la capacidad de conocerse, analizarse, ver lo positivo y negativo para corregirse. La persona dentro de si tiene la capacidad de autodeterminación y realización de sus deseos y aspiraciones. Es capaz de controlar sus instintos, deseos, estímulos etc. de manera inteligente, no se deja llevar por el malgenio, ni la rabia, ira porque sabe que estos lo llevan a cometer actos, acciones y comportamientos impropios a su razón de ser persona.



La persona maneja su yo de manera libre, consciente de sus actos, acciones, porque maneja correctamente su autocontrol, autoestima, y autonomía. La persona sabe y reconoce que tiene cualidades capacidades y valores los cuales les da buen uso, sabe bien qué es lo bueno y lo malo.

Observa lo que pasa a su alrededor, lo analiza y evita no caer. Es capaz de solucionar problemas de manera constructiva y progresista, tiene metas, ideales que logra alcanzar, es decir tiene un plan de vida.

ACTIVIDAD:

1. Copia en el cuaderno la información anterior.
2. Analice las siguientes frases y escriba su punto de vista de cada frase en mínimo 5 renglones:
 - a) Que yo no sea un obstáculo para mí mismo.
 - b. Solo sabiendo quiénes somos podremos empezar a ser mejores para nosotros mismos y para los demás.
 - c) soy dueño y señor de mi vida.
 - d) La mejor vida no es la más larga, sino la más rica en buenas acciones.
 - e) Cuando veas un hombre bueno, piensa en imitarlo; cuando veas uno malo, examina tu propio corazón
3. Realiza un Ensayo con el tema: Que clase de persona soy?
4. Qué acciones refleja, una persona con valores y buenos modales. Escribe 10 acciones.
5. Qué acciones de la personalidad de JESUCRISTO le gustaría llevar a la práctica y por qué? Mencione 7 acciones.
6. Grafica creativamente un **arco iris** y en cada color escribe un compromiso para ser cada día mejor persona.

2.ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA: ENVÍAN AL DOCENTE JEISON CHAYANNE TRUJILLO VALDERRAMA (1001-1002)

Para el desarrollo de la actividad 1 utiliza 10 horas

1. ¿QUE ES UN TEST FISICO?

Un test físico es una prueba de aptitud o condición de las facultades físicas. Nos indican las condiciones generales que posee un individuo para realizar cualquier actividad física. Generalmente se mide las cualidades físicas básicas del individuo.

2.IMPORTANCIA

Como ya es de nuestro conocimiento practicar actividades físicas puede traer grandes beneficios a la salud, sin embargo, para sacar el máximo resultado del entrenamiento es necesario que sea realizada una evaluación física previa que permitirá la prescripción del ejercicio con mayor seguridad; la evaluación física inicial tiene el objetivo de identificar el nivel de aptitud física de la persona permitiendo que el entrenamiento esté diseñado de acuerdo a su individualidad biológica.

3.REALIZAR EN CASA LA SIGUIENTE CLASIFICACION DE LOS TEST ENVIAR EVIDENCIA FOTOGRÁFICA O VIDEOS REALIZANDO LOS TEST MENCIONADOS:

3.1TEST DE FUERZA

- Test de flexión de brazos

Objetivo: medir la fuerza de los brazos.

Desarrollo: El alumno decúbito ventral realiza la mayor cantidad de flexiones de brazos (planchas) en 15 segundos

- Test del salto horizontal

Objetivo: mide la fuerza explosiva de las piernas.

Desarrollo: el alumno parado y con los pies ligeramente separados y a la misma altura, saltara lo más lejos posible.

- Test de los abdominales

Objetivo: Se valora la fuerza-resistencia de la musculatura flexora del tronco (abdominales)

Desarrollo: El alumno se coloca decúbito dorsal, con las piernas a 90º, y los pies apoyados en la pared. Durante 15 segundos, realiza flexiones del tronco tocando cada codo con su muslo correspondiente

3.2 TEST DE FLEXIBILIDAD

Objetivo: Medir la flexibilidad desde la posición de sentado y con las piernas juntas.

Desarrollo: El alumno desde esa posición realiza una flexión máxima del tronco hacia delante y con sus manos juntas toca una regla situada por delante de él, como se aprecia en la Figura.

3.3 TEST DE VELOCIDAD

Objetivo: Medir la velocidad de arranque

Desarrollo: La salida será en posición de pie. El cronometrador debe ubicarse a los 20m, registrando el tiempo justo cuando el tronco del alumno atraviesa la línea que demarca tal distancia.

- Test de Resistencia muscular en abdominales. Durante 1 minuto realizar el mayor número de repeticiones.

4.TIPOS DE TEST

1. Test de Cooper
2. Test de F. Brue



3. Test de "Tren Máximo Impuesto" (TMI)
4. Test de Leger-Boucher:
5. Test de Umbral Anaerobico

3.ACTIVIDADES DE CONSTITUCION POLITICA: DOCENTE JUAN MANUEL TIERRADENTRO PAIBA (1001-1002)

Hola buen día estudiantes del grado decimo espero se encuentren bien en el día de hoy, en la guía tres trabajaran el origen de los partidos políticos en Colombia, a continuación, van a encontrar la parte teórica y al final encontraran las dos actividades a desarrollar, recuerden que si tienen alguna inquietud pueden comunicarse que con gusto les colaboro para el desarrollo de la guía.

Para tal efecto nos remontamos a la época de la Independencia donde ubicamos la confrontación ideológica entre los modelos de organización política del centralismo y federalismo, en el marco de lo que se denominó la “Patria Boba”, diferencias que seguirán vigentes a lo largo del siglo XIX. De igual forma se analizan las ideologías de dos grandes proyectos políticos con los cuales se pretendió organizar la naciente República: El militarista, propuesto por el libertador en la Constitución Boliviana y el civilista que respaldaba lo estipulado en la Constitución de Cúcuta de 1821 defendida por francisco de Paula Santander, aspectos que los llevaron a desavenencias no solo políticas, sino también de tipo personal. Los orígenes de los partidos políticos tradicionales el Liberal y el Conservador a mediados del siglo XIX, permite entender los intereses de clases que llevaron a los diferentes sectores a alinearse alrededor de ideologías en defensa de sus intereses económicos. Al interior del Partido liberal se destacó desde mediados de siglo el radicalismo, movimiento político que llevó a cabo las grandes transformaciones tendientes a romper con el legado colonial que aún subsistía e integrar al país a la economía mundial. Su pensamiento quedó plasmado en la Constitución de 1863 y lo llevó a la práctica durante el periodo conocido como el Olimpo Radical. A finales del siglo XIX y tras la crisis del radicalismo, se forma con los sectores políticos más conservadores el movimiento Regenerador liderado por las figuras de Núñez y Caro, quienes imponen la Constitución de 1886 y declaran abolida la carta constitucional de Rionegro, iniciándose así el periodo conocido como la “hegemonía conservadora” que irá hasta 1930. En todos estos acontecimientos se generaron intensos debates no solo ideológicos sino también conflictos armados y guerras civiles. Finalmente serán reseñados los diferentes movimientos indígenas, campesinos y obreros que se sucedieron durante las primeras décadas del siglo XX, producto de conflictos por la tenencia de la tierra y por la reivindicación de los derechos de la recién surgida clase de obrera que a la postre se constituiría en la génesis de los partidos socialista y comunista como tercera alternativa política del país.

	Partido Liberal	Partido Conservador
Año de fundación	1848	1849
Fundador (es)	Ezequiel Rojas	Mariano Ospina Rodríguez y José Eusebio Caro
¿Quiénes lo integraban?	• Gólgotas o Radicales • Draconianos o Moderados • Comerciantes • Artesanos	• Hacendados latifundistas • Campesinos • Miembros de la Iglesia
¿Qué proponían?	• Separación total de la Iglesia y el Estado. • Disminución del poder ejecutivo. • Sufragio Universal, directo y secreto. • Abolición de la pena de muerte. • Abolición de la esclavitud. • Libertad absoluta de imprenta y de palabra. • Libertad de cultivos y de empresa. • Libertad religiosa (de cultos). • Libertad de enseñanza. • Libertad de industria y comercio, inclusive el de armas y municiones. • Abolición de los monopolios, de los diezmos y de los censos. • Impuesto único y directo. • Libre cambio (los Gólgotas) y proteccionismo (los Draconianos).	• Conservar la tradición y la herencia colonial en estructuras e instituciones. • Invertir de mayor fuerza y autoridad al poder ejecutivo para controlar al liberalismo. • Restringir el voto y realizar una elección indirecta por medio de electores. • Defender el monopolio estatal, los diezmos y los censos. • Conservar la esclavitud. • Defender la fe y la moral católica. • Mantener la alianza entre el Estado y la Iglesia. • Otorgar a la Iglesia la orientación y el control de la educación.



 CENTRALISTAS Proyecto liderado por Antonio Nariño quien asumió la vocería a través de su periódico La Bagatela. Partidarios de un gobierno único para la Nueva Granada, argumentaban que era necesario un poder ejecutivo fuerte para contener las tendencias autonomistas de las provincias y prepararse para resistir la reacción española ante el movimiento independentista. Consideraban que una República unitaria evitaría las rivalidades regionales y reduciría el poder de los caudillos locales.	 FEDERALISTAS Proyecto liderado por Camilo Torres. Rechazaban las aspiraciones de la junta de Santa Fe por convertirse en depositaria del poder arrebatado a los peninsulares. Argumentaban que la gran extensión del territorio neogranadino y sus diferencias regionales dificultaban el gobierno si éste se ejercía desde un núcleo centralizado y fuerte. El federalismo respondía a las aspiraciones políticas de los caudillos locales, cuyo poder se consolidó una vez proclamada la independencia de España.	 BOLIVARIANOS BOLIVARIANOS-MILITARISTAS Fueron en especial los militares venezolanos con ambiciones de mando, que veían en la carrera militar una forma de ascenso en la escala social. Eran quienes habían participado en las guerras de independencia y que no comprendían porqué los civiles, que no habían intervenido en las campañas militares, tenían altos cargos en la administración. Atacaban a Santander por enfatizar	 SANTANDERISTAS SANTANDERISTAS- CIVILISTAS Los santanderistas atacaban la Constitución Boliviana propuesta por el libertador, por considerarla monárquica y autoritaria. Defendían la vigencia de la Constitución de Cúcuta de 1821 por considerarla como democrática. Integraron un frente civilista encabezado por Francisco de Paula Santander para quien “si las armas os dieron la independencia, las leyes os darán la libertad”.
--	---	---	--

en las leyes y normas constitucionales.	Formaron parte del frente civilista Florentino González, Francisco Soto, Ezequiel Rojas, Vicente Azuero, Mariano Ospina Rodríguez, Lorenzo María Lleras entre otros.
Temían a los excesos derivados de las libertades individuales y eran partidarios de la Constitución Boliviana.	
Acompañaron este proyecto personajes como: José Manuel Restrepo, Rafael Urdaneta, Tomas Cipriano de Mosquera y José María del Castillo y Rada.	

ACTIVIDAD N° 1

- Hacer un glosario con las palabras desconocidas y buscar su significado.
- Con las palabras desconocidas realizar una sopa de letras, mínimo 8 palabras.

ACTIVIDAD N°2

- Sacar las ideas principales de los partidos políticos. (centralista, federalistas, bolivianos militaristas y santanderistas civilistas)

Contestar el siguiente cuestionario:

- 1- ¿En qué año se creó el partido liberal?
- 2- ¿Nombre del fundador del partido liberal?
- 3- ¿Qué proponía cada partido político?
- 4- ¿En qué año se creó el partido conservador?
- 5- ¿Quiénes integraban el liberal y conservador?
- 6- ¿Nombre del fundador del partido conservador?
- 7- Investigar a que partido político pertenecieron los últimos 10 presidentes de Colombia.

EVALUACIÓN ESCOLAR

Se tendrá en cuenta la fluidez de cada respuesta, la buena presentación de estas 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