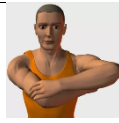


GUÍA DIDÁCTICA PARA EL DOCENTE ESTRATEGIA TABLETAS PARA EDUCAR

Área curricular: Educación Física Recreación y Deporte	Grado: Todos los grados
Nombre Aplicación: Estiramientos para android	
Temáticas generales: 1. Reconocimiento corporal 2. Calentamiento muscular 3. Rutinas de estiramiento	
Propósito de la Actividad 1. Desarrolla autonomía e iniciativa personal en la medida en que emplaza al estudiante a tomar decisiones. 2. Permite la expresión de ideas o sentimientos de forma creativa, contribuye mediante la exploración y utilización de las posibilidades y recursos del cuerpo y del movimiento. 3. Propicia el desarrollo de habilidades sociales, cuando la intervención educativa incide en este aspecto. 4. Facilita la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad. 5. Permite el conocimiento de sí mismo y de las propias posibilidades y carencias. 6. Permite el conocimiento e interacción con el mundo físico, mediante la percepción e interacción apropiada del propio cuerpo, en movimiento o en reposo, en un espacio determinado mejorando sus posibilidades motrices.	
Actividades y estrategias de aprendizaje Trabajo autónomo Trabajo colaborativo Exploración del dispositivo y la aplicación Trabajo para la casa.	
Secuencia didáctica	
Duración	Actividades
10 minutos	Apertura de la sesión: • saludo de bienvenida. • presentación de los propósitos de la sesión. • temas a tratar en la sesión

	Desarrollo de la sesión: Esta aplicación sugiere integrar elementos de otras áreas con la intención de desarrollar en las estudiantes pensamiento asociativo generado por la experiencia. El reconocimiento corporal que permite esta aplicación podrá ser integrado con la aplicación "visible body". Las rutinas de estiramiento sugieren que el docente contextualice la concientización del cuerpo en movimiento, pudiendo aplicarlas en diferentes momentos de la rutina cotidiana y para el desarrollo de prácticas deportivas. El docente podrá hacer un énfasis en salud entendiendo que el cuerpo necesita ser alimentado por movimientos que le permitan recuperarse cotidianamente así como estimular la práctica de un deporte utilizando técnicas como el stretching para evitar lesiones.
	Cierre de la sesión: Es necesario que durante el transcurso de la sesión el docente haga seguimiento al proceso que se está desarrollando, teniendo en cuenta que el reconocimiento corporal se da de acuerdo a las experiencias de cada estudiante y a sus intereses.
Estrategia evaluación	
El docente podrá integrar diferentes recursos para su evaluación.	