**GUÍA No. 4 – INTERDISCIPLINAR (BACHILLERATO – PRIMARIA)**

**GRADO:** OCTAVO

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DOCENTE** | **GRUPO** | **E-MAIL** |
| Holman Barrios Moreno | 801-802-803-804 | hgbarriosm@educacionbogota.edu.co  |
|  |  | 3023937273 |

|  |  |
| --- | --- |
| **TEMA** | **Habilidades psicológicas y deporte.** |
| **OBEJTIVOS** | **INDICADOR (ES) DE DESEMPEÑO:** |
|  **Reconocer la actividad física como instrumento mediador entre la mente y el entorno.** | * **El estudiante genera discursos a cerca del manejo emocional propio.**
* **El estudiante genera productos escritos o audiovisuales que permitan reconocer la práctica deportiva y el manejo emocional como elementos ligados.**
 |
| **AREAS - ASIGNATURAS INVOLUCRADAS:****Educación física – Iniciación deportiva**  | **PRODUCTO A ENTREGAR*** **audiovisual**
* **escrito**
 |

* **ACTIVIDADES: Dentro de cada actividad se debe tomar evidencias ya sea fotográficas o video según corresponda.**

|  |
| --- |
| **FECHA DE DESARROLLO:**  |
| **ACTIVIDAD** |
| * **Envía un video (mínimo 1.30 min a máximo 3 minutos) donde después del dialogo con tu familia expliquen cómo se pueden generar estrategias de manejo emocional de acuerdo a una indagación sobre el tema MANEJO DE EMOCIONES. (debes indagar acerca del tema, consultar a través de internet o recoger información de la fuente posible y más accesible)**
 |
| * **Realizar un cuadro con las emociones más frecuentes que sientes y como a través de las primeras actividades de meditación se pueden mejorar.**
 |
| * **Generar una estrategia familiar de control de emociones a través de alguna de las actividades desarrolladas en las guías anteriores. ( explícala en video**)
 |