



|                                  |   |                                     |
|----------------------------------|---|-------------------------------------|
| <b>TALLER DE: PROFUNDIZACIÓN</b> | <b>ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA</b>               | <b>DOCENTE: MAGDA YANETH OSORIO</b> |
| <b>GRADO: 8 –</b>                | <b>PERÍODO: 1 - SEMANA: 9 – FECHA: 19/03/2020</b> | <b>TEMA: CAPACIDADES FÍSICAS</b>    |

**INDICADOR DE DESEMPEÑO:**

Identificación de las capacidades físicas por medio de la ejecución de ejercicios y actividades individuales y grupales, participando con interés en las actividades teóricas y prácticas, conforme a los acuerdos de clase

**OBJETIVO DE CLASE:**

| <b>TEMAS</b>           | <b>ACTIVIDADES A DESARROLLAR</b>  |
|------------------------|---|
| 1. Capacidades Físicas | <p>1. Con base en lo visto en clase realizar ejemplos de ejercicios que combinen dos o más capacidades y explica brevemente en que momento se utiliza cada una, para ello usa los siguientes enunciados:</p> <p>A. Menciona y dibuja dos ejercicios donde se combine la fuerza y la velocidad y explique brevemente</p> <p>B. Mencione y dibuja dos ejercicios donde se trabaje la agilidad y la coordinación</p> <p>C. Mencione y dibuja dos ejercicios donde se trabaje la resistencia y la velocidad</p> <p>D. Mencione y dibuja dos ejercicios donde se trabaje el equilibrio y la flexibilidad</p> |
|                        |   |



|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

|  |  |
|--|--|
| <b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>             |  |
| <b>PRODUCTO O EVIDENCIA DE APRENDIZAJE</b> | El estudiante debe presentar el Taller desarrollado en el cuaderno. Traer el video |

**REFERENCIAS:**

|  |
|--|
|  |
|--|