
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA FE Y ALEGRÍA SAN JOSÉ						
	ESTRATEGIAS DE APOYO						
	COMPLEMENTARIAS		PLAN DE MEJORAMIENTO	X	PROMOCIÓN ANTICIPADA		
DOCENTE	JOAQUIN CORREA						
ÁREA	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES				PERÍODO	2	
GRADO	11	FECHA DE ENVÍO					
<p>Estimado estudiante de Fe y Alegría San José, la actividad programada en este formato deberá ser realizada pensando en tu formación personal y en el desarrollo de tus competencias. Presentar el taller con los puntos aquí señalados es parte obligatoria del proceso, que consiste en la presentación de una evaluación escrita equivalente al 100% de la nota de recuperación. La evaluación será programada desde Coordinación.</p>							
ACTIVIDAD	Taller			Evaluación escrita 100 %			
Fecha de entrega				Pendiente programación de Coordinación			
TALLER							
TENER EN CUENTA							
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leer muy bien las indicaciones que se dan y tener muy presente la fecha de entrega ➤ El taller se presenta en hojas de block sin rayas, escrito a mano (del estudiante) y con márgenes en cada lado de 2.5 cm. La portada deberá presentar el título del trabajo – Nombre completo del estudiante – Grado - Área ➤ Ningún punto del taller se resuelve en el formato enviado, todo deberá ir en el trabajo escrito. ➤ Realizar del taller COMPLETO es requisito para presentar el examen escrito ➤ Para el día del examen escrito: traer el taller y el cuaderno al día ➤ La información sobre los temas a desarrollar está en el cuaderno ➤ No es transcribir información de Internet, debes seleccionar información precisa de varias páginas web 							

En este espacio se describen cada una de las actividades que deberá resolver para el tema planteado

INSTITUCION EDUCATIVA FE Y ALEGRIA SAN JOSE

TALLER DE RECUPERACION EDUCACION FISICA

NOMBRE: ----- **GRADO:** -----

LA MAQUINA HUMANA

En la siguiente grafica deberás seleccionar 10 partes del vehículo y al lado colocar una parte de nuestro cuerpo haciendo una comparación de acuerdo al funcionamiento. **Ejemplo las farolas serían los ojos.**



Responde lo más sinceramente posible. **¿POR QUE CREES QUE ESTAS HACIENDO RECUPERACION EN EDUCACION FISICA?**

¿Qué es una prueba de relevos?

¿Para qué sirven?

Explica y dibuja un juego de relevos.

ENCUENTRA 10 PALABRAS RELACIONADAS CON EL ATLETISMO

T	V	E	L	O	C	I	D	A	D
C	E	R	E	R	R	O	C	P	I
A	F	S	P	E	N	A	G	I	O
R	E	M	T	E	T	A	O	S	N
R	O	N	A	I	F	O	L	T	O
E	M	O	L	C	G	A	T	A	T
R		P	A	L	O	O	J	S	A
A	J	A	B	A	L	I	N	A	R
S	A	L	T	O	S	B	T	Z	A
L	A	N	Z	A	R	L	O	G	M

La siguiente actividad es practica la debes realizar en el colegio, en la clase de educación física.

1. Realiza un calentamiento dándole 10 vueltas a la totalidad del patio.
2. Realiza mínimo 10 estiramientos.
3. Realiza los siguientes ejercicios:

ABDOMINALES 10 SERIES DE 20 REPETICIONES.

ABDOMINALES

10 SERIES DE 20 REPETICIONES

**SENTADILLAS**

10 SERIES DE 20 REPETICIONES

**FONDOS TRICEPS**

10 SERIES DE 10 REPETICIONES



Fondos (Triceps)