



INSTITUCION EDUCATIVA REINO DE BELGICA
RESOLUCION N° 10032 DE OCTUBRE 11 de 2013
RESOLUCION N° 013989 DE DICIEMBRE de 2014
NIT 900709106-1 DANE 105001012581
“Educando con integridad transformamos sociedad”

ASIGNATURA /AREA/DIMENSIONES	EDU. FISICA	GRADO:	6°
PERÍODO	2	AÑO:	2024
NOMBRE DEL ESTUDIANTE			

DESEMPEÑOS:

- Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.
- Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.
- Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal

ACTIVIDADES PRÁCTICAS A DESARROLLAR INCLUYENDO BIBLIOGRAFIA DONDE SE PUEDA ENCONTRAR INFORMACIÓN: (ACTIVIDADES FLEXIBLES Y AJUSTES RAZONABLES)

Teniendo los temas vistos durante el segundo periodo académico, responde las siguientes preguntas.

1. Qué es el calentamiento físico.
2. Cuáles son los beneficios que tiene para el cuerpo humano
3. Cuáles son las partes del calentamiento y explica cada una de ellas
4. Qué es la educación física
5. Qué es el deporte
6. Qué es la recreación
7. Como se clasifican los deportes
8. Qué es la gimnasia
9. Cuáles son las modalidades de la gimnasia
10. Que aparatos se trabajan en el deporte de gimnasia (realiza los dibujos de los aparatos)
11. Qué es el atletismo
12. Cuáles son las modalidades deportivas del atletismo
13. Cuáles son las pruebas de este deporte (atletismo)
14. Realiza un escrito sobre la historia de estos dos deportes en Colombia.
15. Realiza los siguientes ejercicios en forma de circuito donde se desarrollarán las capacidades físicas. Por un tiempo de 3 minutos realizaras el ejercicio y anotarás el número de repeticiones logrado.

Base	Número de repeticiones
Base 1: saltar la cuerda por un tiempo determinado (2 minutos)	
Base 2: burpie (flexiones de brazos combinado con saltos) 2 minutos	
Base 3: salto continuo llevando rodillas al pecho. 2 minutos	
Base 4: abdominales. 2 minutos	

BIBLIOGRAFIA:



INSTITUCION EDUCATIVA REINO DE BELGICA
RESOLUCION N° 10032 DE OCTUBRE 11 de 2013
RESOLUCION N° 013989 DE DICIEMBRE de 2014
NIT 900709106-1 DANE 105001012581
“Educando con integridad transformamos sociedad”

METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN: (EVALUACION FLEXIBILIZADA CON AJUSTES RAZONABLES)
Los planes de mejoramiento serán evaluados 50% el taller y 50% la actividad práctica.

RECURSOS: hojas de block, medios informáticos.

OBSERVACIONES:

El taller debe ser presentado en hojas de block, con buena presentación y su respectiva portada

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO:

FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN:

NOMBRE DEL EDUCADOR(A):

FIRMA DEL EDUCADOR(A)

ISABEL CRISTINA ROJAS ALVAREZ

ISABEL CRISTINA ROJAS ALVAREZ

FIRMA DEL ESTUDIANTE

FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA