



**Secretaría de Educación del Municipio de Medellín**  
**Institución Educativa Barrio Olaya Herrera**

Aprobada por resolución Municipal N° 156 del 23 de septiembre de 2003 y modificada por Resolución 01920 de febrero 14 de 2013 y Resolución 201850065981 de 14 de septiembre de 2018 y Resolución 202250110089 de 24 de octubre de 2022



Alcaldía de Medellín  
Secretaría de Educación

NIT. 811.042.295-8 DANE: 305001022232 CÓDIGO ICFES : 113431

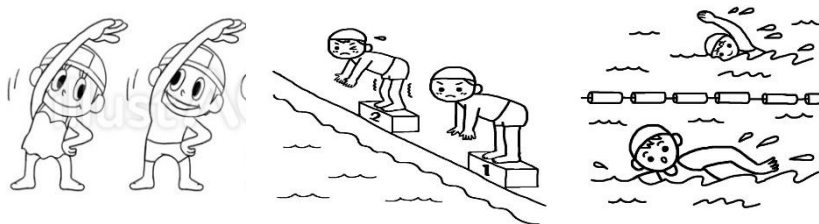
<b>Plan de apoyo segundo periodo</b>
<b>Asignatura o Área</b>
Educación Física
<b>Nombre del docente o los docentes</b>
Gloria Stella Román T
<b>Grupo</b>
2.1 - 2.2 - 2.3
<b>Nombre del estudiante</b>
<b>Estándar</b>
-Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales
<b>Competencia</b>
<b>Competencia expresiva corporal:</b> Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal
<b>Indicadores de desempeño</b>
. Comprende experiencias coordinativas como base en las posibilidades de movimiento del cuerpo. - Realiza movimientos coordinados en diferentes actividades lúdicas recreativas. - Valora prácticas coordinativas para fortalecer relaciones de convivencia
<b>Contenidos</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Desplazamientos con ritmo</li><li>• Ejercicios con acompañamientos rítmicos.</li><li>• Trabajo con elementos Gimnásticos</li><li>• Coordinación ojo-mano, ojo-pie.</li></ul>
<b>Descripción de las actividades a desarrollar por el estudiante</b>
<b>1. Lee con atención y responde:</b>

Una de las partes más importantes de la actividad física es el calentamiento, ya que es fundamental para evitar lesiones y para que los músculos desarrollen su máximo potencial. Al calentar, estamos preparando nuestro cuerpo de forma progresiva para que pueda realizar un ejercicio físico intenso en las mejores condiciones.

1. Según la lectura el **calentamiento** antes de realizar actividad física sirve para:

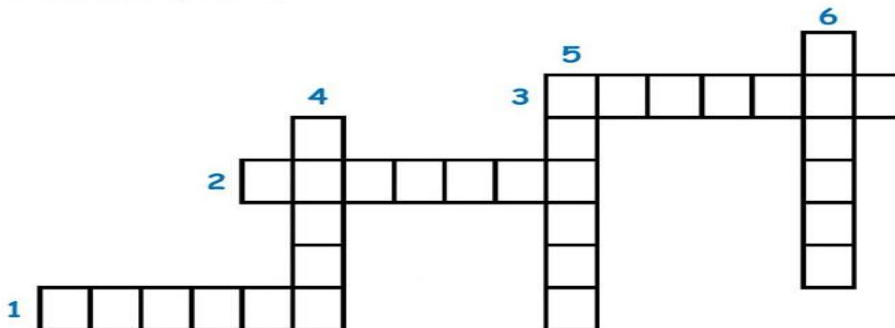
- A. Que los musculos crezcan.
- B. Que el cuerpo tenga buenos musculos.
- C. Que el cuerpo se prepara para el ejercicio.

2. Colorea los dibujos que muestran actividades de **calentamiento**.



3. Realiza el crucigrama según las imágenes de actividades físicas.

**actividades físicas.**





**Secretaría de Educación del Municipio de Medellín**  
**Institución Educativa Barrio Olaya Herrera**

Aprobada por resolución Municipal N° 156 del 23 de septiembre de 2003 y modificada por Resolución 01920 de febrero 14 de 2013 y Resolución 201850065981 de 14 de septiembre de 2018 y Resolución 202250110089 de 24 de octubre de 2022



Alcaldía de Medellín  
Secretaría de Educación

NIT. 811.042.295-8 DANE: 305001022232 CÓDIGO ICFES : 113431

**Indicaciones para los estudiantes: Forma de entrega y fecha máxima de entrega**

1. Este plan de apoyo se realiza en casa y en el presente formato siguiendo las indicaciones dadas por la profesora.
2. El estudiante a partir de las instrucciones dadas, debe presentar el plan de apoyo con letra legible, a lápiz, no lapicero, buena ortografía y
3. Fecha de entrega: Semana del 25 al 29 de agosto