



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

Plan de apoyo primer periodo

Asignatura

Educación física

Nombre del docente o los docentes

Nancy Posada - Angela Cano – Jennifer Montoya

Grupo

101 – 102 - 103

Nombre del estudiante

Estándar

- Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo. **CM**
- Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta. **CM**
- Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos **CM**
- Manifiesto expresiones gestuales y corporales para comunicar mis emociones **CEC**
- Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física **CAC**

Competencia

- Motriz
- expresión corporal
- axiológica corporal

Indicadores de desempeño

- Realización de actividades de equilibrio y postura corporal, en situaciones lúdicas y recreativas de una vida plena.
- Identificación de las partes del cuerpo y sus funciones, en actividades lúdicas y recreativas, de una vida plena.
- Valoración de su cuerpo en actividades lúdicas y recreativas, para una vida plena.

Contenidos

- Control corporal
- Equilibrio
- Postura

CARRERA 101C NRO 58-44



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

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



Alcaldía de Medellín
Secretaría de Educación

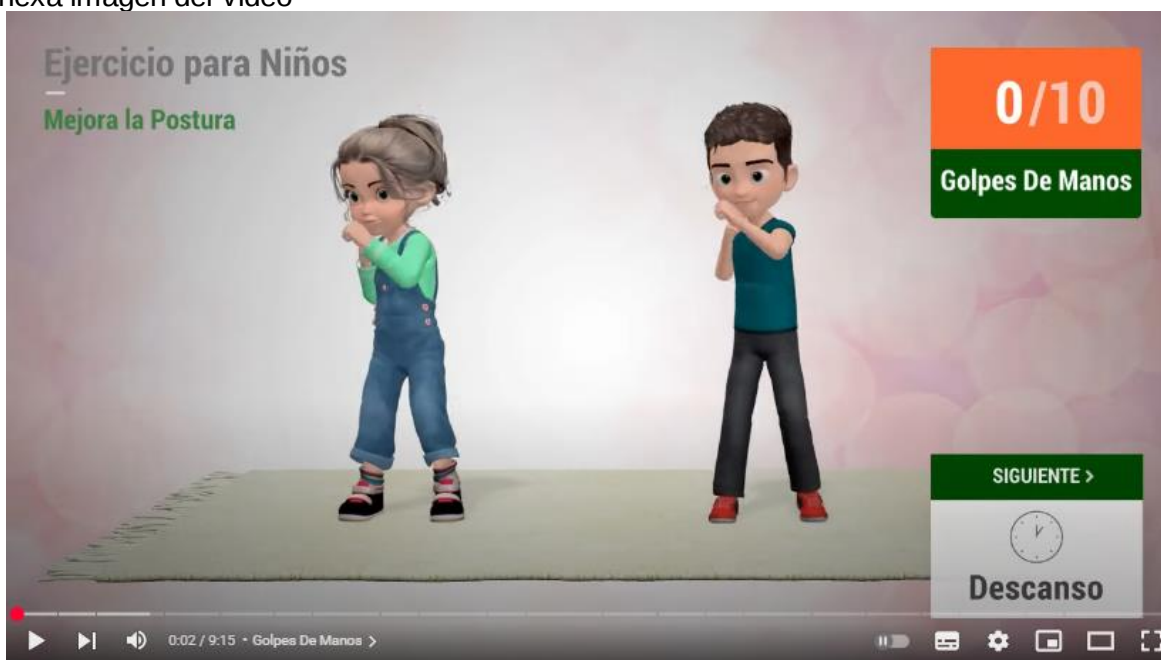
Descripción de las actividades a desarrollar por el estudiante

Cada estudiante debe realizar la rutina de ejercicios para fortalecer la postura corporal y el equilibrio que se muestra a continuación en el video (para acceder al video debe dar clic en el enlace o copiarlo y pegarlo en la barra de direcciones), un adulto lo debe grabar y compartir por medio del WhatsApp a la docente directora de grupo.

El video también se puede buscar en YouTube como “ejercicios para niños: brazos y espalda para mejorar la postura”

<https://www.youtube.com/watch?v=mrRGfZWqmOk>

Se anexa imagen del video



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

El presente plan de apoyo se debe enviar por medio audiovisual a la docente directora de grupo utilizando el WhatsApp, durante la tercera semana del segundo periodo (12 al 16 de mayo).