



**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

Plan de apoyo primer periodo
Asignatura
Educación Física
Nombre del docente o los docentes
Mónica Aya
Grupo
5.1 – 52 – 5.3
Nombre del estudiante
Estándar
<ul style="list-style-type: none"><li>• Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</li><li>• Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</li><li>• Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.</li></ul>
Competencia
<ul style="list-style-type: none"><li>• Competencia expresiva corporal.</li><li>• Competencia axiológica corporal</li><li>• Competencia motriz</li></ul>
Indicadores de desempeño
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Aplicación de reglas básicas en diferentes prácticas deportivas, a través de movimientos espontáneos de forma global y segmentaria.</li><li>2. Identificación de los juegos pre deportivos como condición física y estratégica para el deporte y su beneficio en la salud.</li><li>3. Aprovechamiento del juego pre deportivo como herramienta para la integración social.</li></ol>
Contenidos
JUEGOS PRE DEPORTIVOS DE: <ul style="list-style-type: none"><li>• Balón mano</li><li>• Baloncesto</li></ul>

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



Alcaldía de Medellín  
Secretaría de Educación

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

- Fútbol de salón
- Voleibol

Descripción de las actividades a desarrollar por el estudiante

**1. Balonmano (Handball)**

- **Definición:** Explicar qué es el balonmano y cuántos jugadores participan por equipo.
- **Reglamento:** Consultar y explicar las reglas de los "3 pasos", los "3 segundos" y la regla del área de portería.
- **Cancha:** Dibujar la cancha de balonmano (40m x 20m) señalando la línea de 6 metros y la de 7 metros (penal).

**2. Baloncesto (Basketball)**

- **Historia:** Realizar un resumen sobre el origen del baloncesto, mencionando a James Naismith y el año de invención.
- **Fundamentos:** Definir qué es el "driblar" y por qué no se puede correr con el balón en las manos.
- **Gráfico:** Dibujar el tablero y el aro, indicando la altura oficial del suelo al aro (3.05 mts).

**3. Fútbol de Salón (Futsal)**

- **Historia:** Resumir brevemente el origen del fútbol de salón según lo visto en clase.
- **Sistema de Sanciones:** Crear una tabla que explique el significado y las consecuencias de la tarjeta amarilla y la tarjeta roja.
- **Cancha:** Dibujar el campo de juego con sus medidas (40m de largo por 20m de ancho).

**4. Voleibol**

- **Generalidades:** ¿Quién inventó el voleibol?, ¿cuál era su nombre original y cuántos toques máximos se permiten por equipo?
- **Técnica:** Describir en qué consisten el "voleo" y el golpe de "antebrazos".
- **Cancha:** Dibujar el campo de juego de voleibol anotando sus dimensiones (18m x 9m).

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

- ✓ El plan de apoyo debe ser realizado de manera individual y con letra propia del estudiante.
- ✓ Los padres o acudientes pueden acompañar, orientar y apoyar, pero en ningún caso deben realizar las actividades por el estudiante. Si se evidencia que el trabajo no corresponde a la letra o proceso del estudiante, no será valorado.
- ✓ Todas las actividades deben ser respondidas en los espacios proporcionados. En caso de necesitar ampliar las respuestas o realizar cuadros, puede utilizar hojas adicionales, las cuales deben estar debidamente pegadas para evitar que se pierdan.
- ✓ Se debe cuidar la presentación del trabajo: orden, limpieza, buena letra y uso adecuado del espacio.
- ✓ El plan de apoyo debe estar completo, con todas las actividades desarrolladas.
- ✓ La sustentación del plan de apoyo se realizará de manera oral y práctica, en el horario de Educación Física y en la fecha que la docente informe oportunamente.

**Fecha de entrega:** Del 25 al 29 de mayo.