|  |
| --- |
| **Plan de apoyo segundo periodo** |
|
| **Asignatura** |
| Educación Física |
| **Nombre del docente o los docentes** |
| Carolina Paniagua Barrera |
| **Grupo** |
| 11°\_\_\_ |
| **Nombre del estudiante** |
|  |
| **Estándar** |
| * Estimulación del espíritu de cooperación y el trabajo en equipo. * Fortalecimiento de los conceptos de fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia de forma teórica y práctica. * Establece relaciones entre diferentes juegos, sus contextos de origen, los sentidos y significados que le otorgan los estudiantes durante su participación y el impacto en la construcción de la identidad corporal y las dimensiones social, cognitiva, motriz y afectiva de los sujetos. * Conocer el impacto del deporte en su dinámica social, económica, tecnológica y en otras áreas transversales. |
|
|
| **Competencia** |
| * COMPETENCIA MOTRIZ: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.   Desarrollo motor: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.  Técnicas del cuerpo: Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.  Condición física: Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.   * COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.   Lenguajes corporales: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.   * COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.   Cuidado de sí mismo: Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. |
|
|
| **Indicadores de desempeño** |
| * **CONCEPTUAL:** Comprende cada una de las capacidades físicas básicas desde sus conocimientos previos (velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad) y relación de cada una con disciplinas deportivas específicas, que sirvan para generación de modelos para desarrollar actividad física en diferentes contextos. * **PROCEDIMENTAL:** Realiza diferentes disciplinas deportivas que permitan identificar las capacidades físicas básicas y su mecanismo de trabajo a través de elementos deportivos que mejoren las habilidades coordinativas de forma integrada. * **ACTITUDINAL:** Interioriza el deporte como una posibilidad para mejorar aspectos físicos y de convivencia en los contextos que se desarrollen. |
|
|
|
| **Contenidos** |
| * Capacidades condicionales específicas para el deporte (Fuerza, Velocidad, Resistencia y Flexibilidad) * Capacidades coordinativas específicas para el deporte. * Práctica y profundización técnica de Futbol de salón. * Generalidades del Voleibol (reglamento, historia, la cancha) * Componentes de la actividad física y su relación con hábitos de vida saludable. * Juegos de cooperación y trabajo en equipo. * Ocio, recreación y Aprovechamiento del tiempo libre (Juegos deportivos vs Deportes) |
|
|
| **Descripción de las actividades a desarrollar por el estudiante** |
| 1. Las actividades realizadas en clase están diseñadas para reforzar los conceptos fundamentales en el área de educación física, además están elaboradas para generar la práctica deportiva, la actividad física, recreación y ocio. Se permite la entrega de estas actividades como oportunidad para que revisen y profundicen en estos temas, consolidando así su comprensión y habilidades.  Fútbol de Salón **Actividad Teórica:**   * **Investigación:** El estudiante debe buscar información sobre las reglas del fútbol de salón, incluyendo el tamaño de la cancha, el número de jugadores, las faltas, y las penalizaciones. * **Resumen:** Escribir un resumen de una página que incluya las reglas más importantes y las estrategias básicas observadas, explicando cómo se pueden aplicar en un juego real.  1. **Voleibol**   **Actividad Teórica:**   * **Investigación:** El estudiante debe buscar información sobre las reglas del voleibol, incluyendo el tamaño de la cancha, el número de jugadores, las faltas, y las penalizaciones. * **Resumen:** Escribir un resumen de una página que incluya las reglas más importantes y las estrategias básicas observadas, explicando cómo se pueden aplicar en un juego real.   **Actividad Práctica:**   * **Práctica:** Practicar la técnica de saque, antebrazo y dedos, enfocándose en la rotación ideal de los jugadores en el terreno de juego.  Juegos Cooperativos y de Recreación **Actividad Teórica:**   * **Investigación:** El estudiante debe buscar información sobre los juegos cooperativos y recreativos, incluyendo los beneficios del tiempo libre y de ocio. * **Resumen:** Escribir un resumen de una página que incluya la importancia del tiempo libre, de el ocio, de los juegos cooperativos y de la recreación, además deberá agregar a su resumen un juego cooperativo para realizar con el grupo.   **Actividad Práctica:**   * Ejecución: El estudiante deberá utilizar el juego cooperativo consultado en el punto anterior, para desarrollarlo en clase con sus compañeros. |
|
|
| **Indicaciones para la los estudiantes: Forma de entrega y fecha máxima de entrega** |
| **Fecha de entrega: 06 de septiembre del 2024**   1. tendrá la posibilidad de entregar los trabajos realizados en su cuaderno; recuerda que varias actividades se desarrollaron como prácticas en cancha, para esto se dará espacio para la práctica. 2. Actividades teóricas se entregan en hojas de block con portada. 3. Actividades practicas se desarrollarán en horarios de clase, el estudiante debe solicitar el espacio en el momento que se sienta en condiciones de ejecutar sus actividades prácticas. |
|
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **FORMATO ESPECIAL REGISTRO RESULTADOS PLANES DE APOYO** | | | | | | | |
|
| **NOMBRE DEL ESTUDIANTE** | **GRUPO** | **FECHA** | **ASIGNATURA** | **ACTIVIDADES DESARROLLADAS** | **PERIODO** | **VALORACIÓN** | **FIRMA ESTUDIANTE** |
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|
|