



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 Tercer Periodo
Asignatura
Educación Física
Nombre del docente o los docentes
Marcela María Bedoya Meneses
Grupo
Quinto
Nombre del estudiante
Estándar
<ul style="list-style-type: none">Fortalecer las habilidades personales, aprender a decir "no" y cuidar de uno mismo.
Competencia
<ul style="list-style-type: none">Practicar la comunicación asertiva
Indicadores de desempeño
<ul style="list-style-type: none">Comprensión de conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.Ejecución de destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.Demostración de fuerza, flexibilidad y coordinación durante la realización de carreras de obstáculos y relevos
Contenidos
<ul style="list-style-type: none">Cuidado de nuestro cuerpo



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

Actividad: Mi Guía Personal de Cuidado del Cuerpo

Consulta Individual: Cada estudiante investigará diferentes aspectos de cómo cuidar su cuerpo, incluyendo higiene personal, alimentación saludable, ejercicio, y descanso

Instrucciones:

Los estudiantes pueden investigar en fuentes confiables (como libros de ciencias, sitios web educativos, o entrevistas con profesionales de la salud). Cada uno elegirá al menos tres áreas de cuidado personal (por ejemplo, higiene, alimentación y ejercicio) y hará una lista de buenas prácticas para cada área.

Materiales Sugeridos: Cuaderno o computadora para tomar notas, acceso a libros o internet para investigar.

Creación de la Guía Personal:

Objetivo: Crear una "Guía Personal de Cuidado del Cuerpo" que resuma los hallazgos de cada estudiante.

Instrucciones: Los estudiantes diseñarán su guía en una hoja de papel o en formato digital. Cada sección debe incluir:

Título: Nombre del área (Higiene, Alimentación, etc.).

Buenas Prácticas: Lista de recomendaciones (por ejemplo, "lavarse las manos antes de comer" o "comer frutas y verduras todos los días").

Justificación: Explicación breve de por qué es importante cada práctica para el bienestar.

Exposición:

Objetivo: Compartir la guía con la clase para fomentar el cuidado del cuerpo entre los compañeros.

Instrucciones: Cada estudiante presentará su guía, explicando las áreas de cuidado personal que investigó y las prácticas recomendadas. Puede resaltar alguna práctica que considera más importante o que haya aprendido durante la investigación.



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

Opción Creativa: Los estudiantes pueden incluir dibujos o gráficos que refuercen sus recomendaciones (por ejemplo, una ilustración de alimentos saludables o de una rutina de ejercicios).

FORMATO ESPECIAL REGISTRO RESULTADOS PLANES DE APOYO

NOMBRE DEL ESTUDIANTE	GRUPO	FECHA	ASIGNATURA	ACTIVIDADES DESARROLLADAS	PERIODO	VALORACIÓN	FIRMA ESTUDIANTE



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



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
