



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 tercer periodo

Asignatura

Educación Física

Nombre del docente o los docentes

Joel David Rhenals Arrieta

Grupo

7-1, 7-2 y 7-3

Nombre del estudiante

Estándar

- Desarrollo motor: Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas. CM
- Técnicas del cuerpo: combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas. CM
- Condición física: Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos. CM
- Lúdica motriz: Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego. CM
- Lenguajes corporales: Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música.
- Cuidado de sí mismo: Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico. CAC

Competencia

COMPETENCIA MOTRIZ

Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL

Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.

COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL

Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación persona.

Indicadores de desempeño

- Identificación de conceptos relacionados con el ritmo y la coordinación.
- Realización de movimientos coordinados relacionados con patrones rítmicos



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

- Ejecución de habilidades coordinativas aplicándolas en gestos básicos deportivos, de juego y actividades diarias.
- Participación en juegos tradicionales como método de preservación de la identidad cultural.
- Valoración de las tradiciones como parte de la identidad cultural.
- Reconocimiento de la importancia del ritmo en la vida cotidiana

Contenidos

- Patrones rítmicos de movimiento
- Capacidades físicas coordinativas
- Iniciación al Ultimate
- Deporte de conjunto: Baloncesto
- Juegos tradicionales

Descripción de las actividades a desarrollar por el estudiante

Responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué papel juegan los bailes tradicionales en la identidad cultural colombiana?
2. ¿En qué regiones de Colombia surgieron los bailes más representativos?
3. ¿Qué papel jugaban los bailes tradicionales en las comunidades indígenas precolombinas?
4. ¿Qué papel juega la percusión en los bailes tradicionales colombianos?
5. ¿Cómo se transmiten los bailes tradicionales de generación en generación?
6. ¿Qué son las capacidades físicas coordinativas y cuál es su importancia en el desarrollo humano?
7. ¿Cómo se clasifican las capacidades coordinativas? Menciona al menos cinco de ellas.
8. ¿Por qué las capacidades coordinativas son fundamentales en deportes como el fútbol, el baloncesto y la gimnasia?
9. ¿Qué tipo de ejercicios son más adecuados para desarrollar la coordinación óculo-manual?
10. ¿Cuál es el objetivo principal del juego en Ultimate?
11. ¿Cuáles son las principales infracciones en Ultimate?
12. ¿Cómo se divide el campo de juego en Ultimate?
13. ¿Por qué se considera que Ultimate es un deporte autoarbitrado?
14. ¿Qué equipos de Ultimate son considerados los más fuertes a nivel mundial?
15. ¿Quién inventó el baloncesto y dónde?
16. ¿En qué año se incorporó el tiro de tres puntos a las reglas oficiales de la NBA?
17. ¿Cuál es el equipo con más campeonatos en la historia de la NBA?
18. ¿Cómo influye la altura en el desempeño de un jugador de baloncesto?
19. ¿Cuáles son las principales posiciones en un equipo de baloncesto?
20. ¿Cuál es la diferencia entre una falta personal y una técnica?
21. ¿Qué significa la violación de los 24 segundos?
22. ¿Cuáles son los juegos tradicionales más conocidos a nivel nacional en Colombia?
23. ¿Qué tipo de materiales se utilizaban tradicionalmente para fabricar los juguetes de los juegos tradicionales?



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

24. ¿Qué habilidades manuales se desarrollan al fabricar juguetes tradicionales?
25. ¿Qué papel juegan los juegos tradicionales en la socialización de los niños?

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

Se debe entregar un trabajo escrito en hojas de bloc con las respuestas correspondientes hasta el viernes 29 de noviembre.