



**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

<b>Plan de apoyo tercer periodo</b>
<b>Asignatura</b>
Educación Física
<b>Nombre del docente o los docentes</b>
Joel David Rhenals Arrieta
<b>Grupo</b>
8-1, 8-2 y 8-3
<b>Nombre del estudiante</b>
<b>Estándar</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>● Desarrollo motor: Combino movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical. CM</li><li>● Técnicas del cuerpo: Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal. CM</li><li>● Condición física: Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas. CM</li><li>● Lúdica motriz: Selecciono actividades para mi tiempo de ocio. CM</li><li>● Lenguajes corporales: Propongo secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música.</li><li>● Cuidado de sí mismo: Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación. CAC</li></ul>
<b>Competencia</b>
<b>COMPETENCIA MOTRIZ</b> Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución. <b>COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL</b> Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. <b>COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL</b> Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.
<b>Indicadores de desempeño</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Identificación de conceptos relacionados con el ritmo y la coordinación.</li><li>- Realización de movimientos coordinados relacionados con patrones rítmicos</li><li>- Ejecución de habilidades coordinativas aplicándolas en gestos básicos deportivos, de juego y actividades diarias.</li><li>- Participación en juegos tradicionales como método de preservación de la identidad cultural.</li><li>- Valoración de las tradiciones como parte de la identidad cultural.</li><li>- Reconocimiento de la importancia del ritmo en la vida cotidiana.</li></ul>



# 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

### 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. ¿En qué regiones de Colombia surgieron los bailes más representativos?
2. ¿Cuáles son las principales influencias culturales que han dado forma a los bailes tradicionales colombianos?
3. ¿Qué papel jugaban los bailes tradicionales en las comunidades indígenas precolombinas?
4. ¿Qué tipo de vestimenta se utiliza tradicionalmente en los bailes colombianos?
5. ¿Cómo ha influido la música africana en los bailes colombianos?
6. ¿Qué papel juega la percusión en los bailes tradicionales colombianos?
7. ¿Qué papel juegan los bailes tradicionales en la identidad cultural colombiana?
8. ¿Qué son las capacidades físicas coordinativas y cuál es su importancia en el desarrollo humano?
9. ¿Cómo se clasifican las capacidades coordinativas?, menciónalas.
10. ¿A qué edad se desarrollan principalmente las capacidades coordinativas básicas?
11. ¿Cuál es la importancia de la práctica variada en el entrenamiento de las capacidades coordinativas?
12. ¿Cómo influyen las capacidades coordinativas en nuestra vida diaria, más allá del ámbito deportivo?
13. ¿Cuál es el objetivo principal del juego en Ultimate?
14. ¿Cuáles son las principales infracciones en Ultimate?
15. ¿Qué tipos de pases se utilizan comúnmente en Ultimate?
16. ¿Cómo se resuelven las disputas en Ultimate sin la intervención de un árbitro?
17. ¿Qué papel juega la comunicación en el juego de Ultimate?
18. ¿Cuáles son los principales torneos internacionales de Ultimate?
19. ¿Qué equipos de Ultimate son considerados los más fuertes a nivel mundial?
20. ¿Quién inventó el baloncesto y dónde?
21. ¿Cuál es el equipo con más campeonatos en la historia de la NBA?
22. ¿Cuál es el jugador considerado el más grande de todos los tiempos en la NBA?
23. ¿Cuál es el récord de puntos en un solo partido de la NBA?
24. ¿Cuál es la diferencia entre una falta personal y una técnica?
25. ¿Qué es un tiro libre y cuántos se conceden por falta?
26. ¿Qué significa la violación de los 24 segundos?
27. ¿Cuáles son las faltas más comunes en baloncesto?
28. ¿Cómo han cambiado las formas de jugar en la actualidad en comparación con el pasado?



**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

29. ¿Qué papel juegan los juegos tradicionales en la identidad cultural colombiana?  
30. ¿Por qué es importante preservar los juegos tradicionales colombianos?

**Indicaciones para la 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.