



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

Área/asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA		Grado: 11°
Período académico: 3	Docente: DIANA MILENA CASTILLO CÓRDOBA	
Competencias Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Descripción de las actividades a desarrollar para los estudiantes de MEJORAMIENTO ACADÉMICO:		Fecha de presentación o de desarrollo de la actividad:
1. Publicación del taller		1. Semana 8 del 19 al 23 de Octubre
2. Asesorías y resolución de dudas		2. Semana 9 del 26 al 30 de Octubre
3. Proceso de entrega		3. Semana 10 del 2 al 6 de Noviembre
4. Sustentación		4. Semana 11 del 9 al 13 Noviembre
Parámetros para evaluar		
- Trabajo escrito en hojas de block conservando la margen, con portada, letra legible, dibujos, impresiones NO o en el cuaderno bien organizado. 30% - Sustentación oral. 70%		
PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD		
TALLER		
1. ¿Qué se entiende por promoción de la salud y cuál es su principal propósito en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas?		
2. Define el concepto de prevención de la enfermedad y explica por qué constituye una estrategia fundamental para la salud pública.		
3. ¿Cuáles son las principales diferencias entre promoción de la salud y prevención de la enfermedad? Explica		
4. ¿Qué es la educación para la salud y qué importancia tiene en la formación de personas capaces de tomar decisiones responsables sobre su bienestar?		
5. ¿Qué se entiende por factores de riesgo y factores protectores de la salud? Escribe tres ejemplos de cada uno.		
6. Define los conceptos de salud física, salud mental y salud emocional. Explica por qué deben considerarse de manera integral.		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

7. ¿Qué son los hábitos saludables y cuáles son las principales prácticas que contribuyen a la promoción de la salud?
8. ¿Qué importancia tiene la actividad física regular en la prevención de enfermedades y en el fortalecimiento de las capacidades físicas?
9. ¿Qué es la vacunación y cómo contribuye a prevenir determinadas enfermedades y proteger la salud colectiva?
10. ¿Qué se entiende por higiene personal y como beneficia al ser?
11. ¿Qué es la detección temprana de una enfermedad y qué importancia tienen los controles de salud?
12. ¿En qué consiste la prevención primaria y cuáles son sus principales características? Menciona tres ejemplos.
13. ¿Qué es la prevención secundaria y en qué se diferencia de la prevención primaria? Explica mediante ejemplos.
14. ¿Qué es la prevención terciaria y qué papel desempeñan la rehabilitación y el seguimiento profesional en este nivel de prevención?
15. ¿Qué medidas de prevención pueden adoptarse durante la práctica de actividades físicas y deportivas para reducir el riesgo de lesiones?
16. ¿Qué es la salud pública y cuáles son las principales responsabilidades de las instituciones y autoridades en la protección de la salud de la población?
17. ¿Qué función cumplen los programas de promoción y prevención desarrollados en las instituciones educativas y cómo pueden beneficiar a los estudiantes?
18. ¿Qué son las enfermedades transmisibles y las enfermedades no transmisibles? Explica sus diferencias y menciona ejemplos de cada categoría.
19. ¿Qué relación existe entre la alimentación, la actividad física, el descanso y la prevención de enfermedades a lo largo de la vida?
20. ¿Qué significa tener acceso a los servicios de salud y por qué la equidad en su prestación es importante para el bienestar individual y colectivo?



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

Descripción de las actividades a desarrollar para los estudiantes de PROFUNDIZACIÓN ACADÉMICA :	Fecha de presentación o de desarrollo de la actividad:
1. Publicación del taller	1. Semana 8 del 19 al 23 de Octubre
2. Asesorías y resolución de dudas	2. Semana 9 del 26 al 30 de Octubre
3. Proceso de entrega	3. Semana 10 del 2 al 6 de Noviembre
4. Sustentación	4. Semana 11 del 9 al 13 Noviembre
Parámetros para evaluar • Trabajo escrito en hojas de block conservando la margen, con portada, letra legible, dibujos, impresiones NO. o en el cuaderno bien organizado 30% • Sustentación oral. 70%	
TALLER ARGUMENTATIVO Lee cada pregunta y construye respuestas fundamentadas, analiza las situaciones, identifica sus causas y consecuencias, relaciona los conceptos estudiados y plantea alternativas de solución cuando sea necesario. 1. Una persona afirma que cuidar la salud consiste únicamente en acudir al médico cuando se presenta una enfermedad. ¿Qué limitaciones tiene esta manera de entender la salud? Argumenta la importancia de la prevención y la adopción de hábitos saludables. 2. ¿Por qué tener información sobre las enfermedades y sus consecuencias no garantiza que las personas adopten comportamientos saludables? Analiza la influencia de las costumbres, la motivación, el entorno familiar y las condiciones sociales. 3. Dos comunidades presentan diferentes condiciones de salud: una cuenta con parques, agua potable, centros de atención médica y espacios deportivos, mientras que la otra tiene dificultades para acceder a estos recursos. ¿Cómo pueden estas diferencias influir en el bienestar de sus habitantes? Justifica tu respuesta. 4. Analiza la siguiente afirmación: «La prevención de la enfermedad es una responsabilidad individual, pero también colectiva». Explica qué responsabilidades corresponden a las personas, las familias, las instituciones educativas y las autoridades. 5. Un estudiante conoce los beneficios de la actividad física, pero pasa la mayor parte de su tiempo libre sentado y utilizando dispositivos electrónicos. ¿Qué factores podrían explicar esta conducta y qué estrategias podrían ayudarlo a incorporar más movimiento en su vida cotidiana?	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO SAN NICOLÁS

Aprobada mediante Resolución N° 014911 del 4 de diciembre de 2015

ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO Y PROFUNDIZACIÓN DE FINAL DE PERIODO

Versión
Fecha de
aprobación:

6. ¿Por qué la promoción de la salud debe incluir tanto el bienestar físico como el mental, emocional y social? Argumenta cómo las dificultades en una de estas dimensiones pueden influir en las demás.
7. Algunas personas consideran que las campañas de prevención son innecesarias cuando no existen enfermedades visibles en una comunidad. ¿Por qué esta idea puede representar un riesgo para la población? Explica la importancia de anticiparse a los problemas de salud.
8. ¿Cómo pueden influir la desinformación, los rumores y las creencias sin fundamento en las decisiones relacionadas con la salud? Propón criterios para identificar información confiable y evitar prácticas perjudiciales.
9. ¿Por qué la detección temprana de determinadas enfermedades puede mejorar las posibilidades de recibir atención oportuna? Explica también por qué las pruebas de detección deben realizarse de acuerdo con las recomendaciones profesionales y las necesidades de cada persona.
10. Analiza cómo la contaminación, la acumulación de residuos y la falta de agua potable pueden favorecer la aparición de problemas de salud. ¿Qué medidas preventivas podrían desarrollar los ciudadanos y las autoridades para enfrentar estas situaciones?
11. Si en tu institución educativa se detectara un aumento de situaciones relacionadas con el sedentarismo, el estrés y los hábitos de descanso inadecuados, ¿qué programa de promoción de la salud propondrías? Explica sus objetivos, las actividades que desarrollarías y cómo evaluarías sus resultados.
12. Reflexiona sobre la siguiente afirmación: «Una sociedad que invierte en promoción de la salud y prevención de la enfermedad no solo protege la vida, sino que también fortalece su desarrollo social». ¿Qué significa, argumenta la respuesta?