

| | | | | |
|--|--|-----------------|-----------------------------|---------------------|
|  | INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA | | CÓDIGO: ED-F-27 | VERSIÓN 3 |
| | PLAN DE APOYO DE EDUCACIÓN FÍSICA | | FECHA: 18-09-2020 | |
| Área y/o Asignatura: EDUCACIÓN FÍSICA | | Grado: 9 | Período: ANUAL | |
| Docente: DIDIER ALONSO AGUDELO VILLA | | | | |
| INDICADOR(ES) DE DESEMPEÑO: -Planifica y participa con sus compañeros en actividades motrices básicas y complejas. -Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de hábitos de vida saludable. -Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia. | | | | |
| FECHA de presentación | ACTIVIDAD A REALIZAR | | | |
| Se debe presentar en la semana 17 al 21 de noviembre | <p>HABILIDADES CONDICIONALES</p> <p>La Asertividad se define como: la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. A través del movimiento del voleibol, baloncesto y pruebas de aptitudes física (Capacidades condicionales de recepción de antebrazo, pases de dedos y saque) podemos expresar la asertividad, mediante la realización de pruebas de fundamentación técnica en el voleibol, baloncesto y el movimiento, por su parte, la psicología del deporte nos permite tener una comunicación respetuosa, agradable y asertiva, a través de la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad en del movimiento.</p> <p>ACTIVIDAD</p> <p>Lee y analiza las teorías trabajadas en el primero, segundo y tercer periodo para responder las preguntas en transferencia. Elabora un plan de actividades recreativas y físicas que mejorarían tu condición técnica del voleibol, baloncesto y habilidades condicionales.</p> <p>De un ejemplo práctico o de la vida real de la clasificación de la fuerza de las pruebas realizadas en el primero, segundo y tercer periodo de las actividades deportivas. De un ejemplo práctico o de la vida real de la clasificación de la técnica del voleibol, baloncesto y de las capacidades físicas de este deporte.</p> <p>De un ejemplo práctico o de la vida real de la clasificación de los 5 talleres trabajado en el periodo.</p> <p>De un ejemplo práctico o de la vida real de la clasificación de la movilidad de las posiciones.</p> | | | |
| OBSERVACIONES: Pautas para entregar la guía de forma física: Resolverlo en el cuaderno y entregarlo organizado Describir ítems de evaluación del taller para el estudiante: Este taller tendrá una nota en cada una de las competencias descritas anteriormente, del 100%. Rubrica de evaluación: se debe responder cada punto que se propone cuyo valor es uno en la escala de valoración. | | | | |