

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA</b>		<b>CÓDIGO:</b> ED-F-27	<b>VERSIÓN</b> 3
	<b>PLAN DE APOYO</b>		<b>FECHA:</b> 18-09-2020	
<b>Área y/o Asignatura:</b> Educación Física, recreación y deportes		<b>Grado:</b> 10	<b>Período:</b> Promoción anticipada por desempeño bajo	
<b>Docente (s):</b> Michael Steven Carmona Cañon.				
<b>INDICADOR(ES) DE DESEMPEÑO:</b>				
<p>Conceptual: identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.</p> <p>Conceptual: Asimila y emplea una terminología específica del área</p> <p>Procedimental: Elabora habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.</p> <p>Procedimental: asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.</p>				
<b>FECHA de presentación</b>		<b>ACTIVIDAD A REALIZAR</b>		
15-01-24 al 26-01-24 En la hora de clase de educación física recreación y deporte.		Realice la siguiente consulta: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) ¿Qué es la rítmica?</li> <li>2) ¿Qué es el ritmo?</li> <li>3) ¿Qué es pulso musical?</li> <li>4) ¿Qué son y cuáles son las figuras musicales?</li> <li>5) ¿Qué se entiende por expresión corporal?</li> <li>6) ¿Qué son gestos, posturas, expresión facial, postura corporal?</li> <li>7) ¿Qué relación hay entre la expresión corporal y la danza?</li> <li>8) ¿Qué se entiende por expresión corporal?</li> <li>9) ¿Qué es la coordinación?</li> <li>10) ¿Qué es coordinación fina?</li> <li>11) ¿Qué es coordinación gruesa?</li> <li>12) ¿Qué es equilibrio?</li> <li>13) ¿Qué es lateralidad?</li> <li>14) ¿Qué son las capacidades perspectivo motrices?</li> </ol>		

	<p>15) Defina que es la propiocepción, intercepción y exterocepcion.</p> <p>16) ¿Cuáles son las características de las danzas colombianas?</p> <p>17) ¿Qué son danza ceremonial, teatrales, académicas, sociales?</p> <p>18) ¿Qué son danza abierta, de reguero y colectiva?</p> <p>19) ¿Qué es el bambuco?</p> <p>20) ¿Qué es la contra danza?</p> <p>21) ¿Qué es contra danza?</p> <p>22) ¿Cuáles son las características de la cumbia colombiana?</p> <p>23) ¿En qué consiste la gaita?</p> <p>24) ¿Qué es le joropo?</p> <p>25) Enumere las características del mapalé</p> <p>26) Enumere las características de la salsa colombiana</p> <p>27) ¿Qué es la educación física?</p> <p>28) ¿Qué es recreación?</p> <p>29) ¿Qué es tiempo de óseo?</p> <p>30) ¿Qué se entiende por hábitos de vida saludable?</p> <p>31) ¿Qué relación hay entre tiempo libre y educación física?</p> <p>32) Enumere 10 actividades de recreación.</p> <p>33) Elabore un listado de las actividades que se pueden realizar para aprovechar el tiempo libre.</p> <p>34) Explique la puntuación en baloncesto</p> <p>35) Explique que es el doble ritmo</p> <p>36) Escriba la historia del baloncesto</p> <p>37) Realice una maqueta del terreno de juego de baloncesto</p> <p>38) Realice una maqueta del terreno de juego de voleibol.</p> <p>39) Escriba la historia del voleibol.</p> <p>40) Escriba el reglamento del deporte del voleibol.</p> <p>Valor actividad 20%.</p>
	<p>Estudie las actividades planteadas para presentar su respectiva sustentación. Valor de la actividad 30%</p> <p>El estudiante debe prepararse físicamente para presentar los siguientes test:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Test de los 12 min (El estudiante debe trotar durante 12 minutos sin descanso)</li> <li>• Test de la milla (El estudiante debe recorrer una milla caminando tiempo máximo 12 min)</li> </ul>

- Test de sentadilla explosiva (debe realizar 25 sentadillas)
- Test de burpees (El estudiante debe realizar 25)
- Test de suicidios (debe realizar dos ejercicios)  
El valor de la actividad es del 50%

**OBSERVACIONES:**

Criterios para la presentación de actividades escritas

Para la presentación de trabajos escritos se deben tener en cuenta los siguientes requisitos:

- 1.1 Presentarlas en hojas de block.(El trabajo debe tener portada y contra portada).
- 1.2 Copiar la pregunta y luego la respuesta de manera sucesiva.
- 1.3 Las preguntas deberán ir con un color y las respuestas con otro, las preguntas también pueden ir con resaltador.
- 1.4 Todos los trabajos deberán presentarse con lapicero y los dibujos con colores. No se reciben trabajos a lápiz.
- 1.5 No se debe dejar renglón, sólo en los títulos y en el punto aparte.
- 1.6 El texto se deberá construir usando todo el margen de la hoja, tanto en sentido vertical como horizontal.
- 1.7 El trabajo es personal, debe presentarse con su letra y en un tamaño normal de escritura. Aquellos estudiantes que escriban con letras grandes deberán usar un tamaño mediano.
- 1.8 el trabajo debe tener una extensión mínima de 15 hojas.

**2. Criterios de evaluación**

Para la valoración de las consultas se tendrán en cuenta los siguientes criterios:

- 2.1 Cumplir con los requisitos anteriores.
- 2.2 Extensión de la consulta o trabajo.
- 2.3 Coherencia en las respuestas.
- 2.4 Profundidad de la teoría abordada y calidad argumentativa.
- 2.5 Número de referentes teóricos.
- 2.6 Actualidad de la información.
- 2.7 Presentación.
- 2.8 Caligrafía.
- 2.9 Ortografía.
- 2.10 Cantidad de preguntas respondidas.
- 2.11 Calidad de las ilustraciones, dibujos, tablas, gráficos, etc.

Las consultas se pueden llevar a cabo en:

- Diccionarios o enciclopedias especializadas de educación física.
- Enciclopedias de los deportes.
- Textos temáticos sobre los diferentes campos de consulta.
- Google académico.
- Bases de datos

- 2.12 No se podrá presentar la evaluación sin antes presentar el respectivo trabajo.

