

	<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: 1) ¿Qué es la rítmica? 2) ¿Qué es el ritmo? 3) ¿Qué es pulso musical? 4) ¿Qué son y cuáles son las figuras musicales? 5) ¿Qué se entiende por expresión corporal? 6) ¿Qué son gestos, posturas, expresión facial, postura corporal? 7) ¿Qué relación hay entre la expresión corporal y la danza? 8) ¿Qué se entiende por expresión corporal? 9) ¿Qué es la coordinación? 10) ¿Qué es coordinación fina? 11) ¿Qué es coordinación gruesa? 12) ¿Qué es equilibrio? 13) ¿Qué es lateralidad? 14) ¿Qué son las capacidades perspectivo motrices?		

	<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 descaso)</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.

