

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA		CÓDIGO: ED-F-27	VERSIÓN 3
	PLAN DE APOYO		FECHA: 18-09-2020	
Área y/o Asignatura: Educación Física		Grado: 10°		Período: 1
Docente (s): Camilo Andres Torres Charry				
INDICADOR(ES) DE DESEMPEÑO:				
Procedimental: Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.				
Actitudinal: Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.				
Conceptual: Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.				
FECHA de presentación		ACTIVIDAD A REALIZAR		
6-10 DE MAYO		Consultar los siguientes temas relacionados con el área de Educación Física: ¿Cuál es la capacidad física condicional ¿Qué tipo de ejercicio ayuda a mejorar la fuerza muscular? ¿Cuál es la diferencia entre la velocidad y la agilidad en términos de capacidades físicas? ¿Cómo se puede medir la flexibilidad en una persona? ¿Qué actividades físicas contribuyen principalmente al desarrollo de la resistencia muscular? ¿Qué factores influyen en la mejora de la velocidad de un individuo? ¿Qué ejercicios son más eficaces para mejorar la resistencia cardiovascular? ¿Por qué es importante desarrollar todas las capacidades físicas condicionales de manera equilibrada? ¿Qué son las capacidades perceptivo motrices? ¿Por qué son importantes las capacidades perceptivo motrices en la actividad física? ¿Qué factores pueden afectar las capacidades perceptivo motrices de una persona? ¿Qué papel juegan los sentidos en las capacidades perceptivo motrices? ¿Cuál es la importancia de la percepción espacial en actividades deportivas? ¿Cómo se puede desarrollar la coordinación óculo-manual?		

	<p>¿Por qué es importante tener una buena capacidad de reacción en la actividad física?</p> <p>¿Cómo puede afectar el entrenamiento cognitivo al desarrollo de las capacidades perceptivo motrices?</p> <p>Valor de la actividad: 40%</p>
	<p>Prepara una sustentación sobre las preguntas del punto anterior la cual será evaluada de manera oral</p> <p>Valor de la actividad: 30%</p>
	<p>Preparase físicamente para presentar el test de cooper en la cancha</p> <p>Valor de la actividad: 30%</p>

OBSERVACIONES:

- Presentar el trabajo con portada, introducción, conclusiones generales y referencias bibliográficas
- Presentar el trabajo escrito a mano
- Presentar el trabajo en hoja de block o resma (con preferencia tamaño carta y sin rayas)

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 de entrenamiento deportivo
- Textos sobre juego, recreación y tiempo libre.
- Textos temáticos sobre los diferentes campos de consulta.
- Google académico.
- Bases de datos.