

	<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		<b>Grado:</b> 9	<b>Período:</b> 2	
<b>Docente (s):</b> Camilo Andrés Torres Charry				
<b>INDICADOR(ES) DE DESEMPEÑO</b>				
<b>CONCEPTUAL:</b> Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.				
<b>CONCEPTUAL:</b> Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices que se encuentra en los deportes de conjunto que emplean balón, como parte de los hábitos de vida saludables.				
<b>FECHA de presentación</b>		<b>ACTIVIDAD A REALIZAR</b>		
<b>26-30 de agosto</b>		Realizar la consulta de los siguientes componentes del área de educación física: 1. Consultar sobre la historia y evolución del voleibol. 2. Consultar y dar definición a los diferentes fundamentos técnicos del voleibol. 3. ¿Qué es la rotación en voleibol y explicar cómo se realiza? 4. Consultar los principios del calentamiento físico. 5. ¿Qué es dieta, nutrientes y nutrición? 6. Explicar el proceso de la digestión de los alimentos (ingestión, digestión, absorción y excreción) 7. Consultar la clasificación de los alimentos. 8. Consultar sobre las rutas metabólicas. 9. ¿Qué son las etiquetas hexagonales y que ley las regula? 10. Consultar la relación del ejercicio físico y la nutrición. 11. ¿Qué es el gasto energético? 12. ¿Qué es el balance energético?  Valor de la actividad: 50%		
		En casa realizar el plato ideal, teniendo en cuenta los conceptos básicos de la nutrición, y explicar los ingredientes, como se realizó, y que tipo de valor nutricional tiene. Modo de presentación: grabar un video con el plato, su respectiva explicación y enviarlo vía correo institucional. Valor de la actividad: 50 %		

## OBSERVACIONES:

1. 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.

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. (Evite entregar trabajo impresos)

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 legible.

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.