

	<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> 6°		<b>Período:</b> <b>anual</b>
<b>Docente (s):</b> Camilo Andrés Torres Charry				
<b>INDICADOR(ES) DE DESEMPEÑO:</b>				
<b>CONCEPTUAL:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Comprende la importancia de utilizar el tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de su vida.</li> <li>➤ Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.</li> </ul>				
<b>ACTITUDINAL:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Participa de manera activa en las actividades propuestas en clase de educación física.</li> <li>➤ Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludables.</li> </ul>				
<b>PROCEDIMENTAL:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Compara y ejecuta expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnástica.</li> </ul>				
<b>FECHA de presentación</b>		<b>ACTIVIDAD A REALIZAR</b>		
<b>25 al 27 de noviembre</b>		Realizar la consulta de los siguientes componentes del área de educación física: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es esquema corporal?</li> <li>• ¿Qué es lateralidad?</li> <li>• ¿Qué es equilibrio y coordinación?</li> <li>• Consultar sobre importancia del deporte y la recreación en su desarrollo motriz</li> <li>• 5 conceptos de educación física por autores</li> <li>• 5 conceptos de recreación por autores</li> <li>• 5 conceptos de deportes por autores</li> <li>• ¿Cuál es la importancia de la Educación Física para su vida?</li> <li>• ¿Qué es el calentamiento físico?</li> <li>• ¿Cuáles son las fases que componen el calentamiento físico y describa cada una de ellas?</li> <li>• Realice una serie de dibujos donde se evidencie cada una de las fases del calentamiento</li> <li>• Explique los diferentes conceptos que hay sobre el aprovechamiento del</li> </ul>		

	<p>tiempo libre.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es el ocio?</li> <li>• ¿Cuál es la diferencia entre tiempo libre y ocio?</li> <li>• ¿Qué es el movimiento motriz?</li> <li>• Consultar los diferentes tipos de patrones de movimiento que comprenden los: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patrones de manipulación.</li> <li>➤ Patrones de locomoción.</li> <li>➤ Patrones de estabilidad.</li> </ul> </li> </ul> <p>Con su respectiva definición de cada uno de los movimientos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Consultar los diferentes tipos de disciplina gimnásticas con su respectivo concepto.</li> <li>• Consultar los diferentes beneficios de la actividad física, tanto a nivel físico como cognitivo.</li> <li>• ¿Qué es la relajación y contracción muscular?</li> <li>• Consultar concepto y los diferentes beneficios de la respiración.</li> <li>• ¿Qué es la frecuencia cardiaca en reposo y máxima?</li> <li>• ¿Cómo se mide y se toma la frecuencia cardiaca?</li> <li>• ¿Qué relación tiene la frecuencia cardiaca con el ejercicio?</li> <li>• Describir el proceso metodológico de la realización del rollo en gimnasia con sus respectivos dibujos.</li> <li>• ¿Por qué es importante siempre mantener una adecuada técnica de ejecución de los ejercicios?</li> <li>• Explicar la importancia del cumplimiento de las normas de seguridad en una práctica deportiva</li> <li>• Investigar los componentes de la expresión corporal</li> <li>• Dibujar 5 gestos corporales que transmitan un mensaje o información</li> <li>• Investigar y darles definición a 20 conceptos básicos de educación física, recreación y deportes</li> </ul> <p><b>Valor de la actividad: 50 %</b></p>
<p><b>25 al 27 de noviembre</b></p>	<p>Realizar un video donde expliques de manera teórico practica los tres tipos de patrones de movimiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Patrones de manipulación.</li> <li>➤ Patrones de locomoción.</li> <li>➤ Patrones de estabilidad</li> </ul> <p><b>Duración:</b> 7-10 min  <b>Modo de presentación:</b> el video debe ser enviado a través de un enlace drive, vía correo institucional  <b>Requisitos:</b> Es necesario que se pueda identificar al estudiante en el video</p> <p><b>Valor de la actividad: 30 %</b></p>
<p><b>25 al 27 de noviembre</b></p>	<p>Estudie las dos actividades planteadas para presentar su respectiva sustentación.</p> <p><b>Valor de la actividad: 20%</b></p>

## 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 la actividad en hojas de Block o resmas (con portada, introducción, preguntas resultas, conclusiones generales y referencias bibliografías)
- 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 el uso de 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 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.