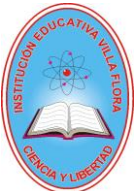


| | | | | |
|--|--|---|-----------------------------|------------------------------|
|  | INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA | | CÓDIGO: ED-F-27 | VERSIÓN 3 |
| | PLAN DE APOYO | | FECHA: 18-09-2020 | |
| Área y/o Asignatura: Educación física | | Grado: 6° | | Período: anual |
| Docente (s): Camilo Andrés Torres Charry | | | | |
| INDICADOR(ES) DE DESEMPEÑO: | | | | |
| CONCEPTUAL: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Comprende la importancia de utilizar el tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de su vida. ➤ Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas. | | | | |
| ACTITUDINAL: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Participa de manera activa en las actividades propuestas en clase de educación física. ➤ Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludables. | | | | |
| PROCEDIMENTAL: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Compara y ejecuta expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnástica. | | | | |
| FECHA de presentación | | ACTIVIDAD A REALIZAR | | |
| 25 al 27 de noviembre | | Realizar la consulta de los siguientes componentes del área de educación física: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es esquema corporal? • ¿Qué es lateralidad? • ¿Qué es equilibrio y coordinación? • Consultar sobre importancia del deporte y la recreación en su desarrollo motriz • 5 conceptos de educación física por autores • 5 conceptos de recreación por autores • 5 conceptos de deportes por autores • ¿Cuál es la importancia de la Educación Física para su vida? • ¿Qué es el calentamiento físico? • ¿Cuáles son las fases que componen el calentamiento físico y describa cada una de ellas? • Realice una serie de dibujos donde se evidencie cada una de las fases del calentamiento • Explique los diferentes conceptos que hay sobre el aprovechamiento del | | |

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