



INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALFONSO LÓPEZ PUMAREJO
Virtud – orientación y ciencia



Alcaldía de Medellín
Secretaría de Educación

Fecha: 18/11/16

Actividades complementarias de superación - ACES

Grado:Décimo.

Área: Educación Física, Recreación y Deporte.

Docente(s): Rodolfo González González

Indicadores de desempeño: Describa lo que debería poder hacer o argumentar un estudiante para evidenciar que alcanzó los aprendizajes esperados (estándares y DBA). Tenga en cuenta que es necesario precisar las evidencias de comprensión o de desarrollo de habilidades por parte de los estudiantes, en coherencia con los objetivos propuestos para el área.

1. Conoce y aplica diferentes Test de condición física , para medir sus capacidades físicas básicas.
2. Reconoce los conceptos fundamentales de las capacidades físicas, con su práctica deportiva.
3. Participa con interés y responsabilidad en las diferentes actividades programadas.
4. Combina diferentes movimientos en la práctica de los fundamentos básicos de locomoción y manipulación.
5. Realiza y entrega oportunamente tareas y consultas propuestas como complemento de las actividades desarrolladas en clase.
6. Demuestra una actitud positiva para la práctica de la Educación Física y los deportes.
7. Hace un adecuado uso de los implementos para la práctica deportiva.
8. Desarrolla procesos regulados de acondicionamiento físico general.
9. Ejecuta esquema gimnástico o de baile con acompañamiento musical.
10. Ejecuta circuitos gimnásticos para mejorar fuerza, coordinación y flexibilidad.
11. Establece relaciones entre los conceptos de recreación y el tiempo libre en su actividad cotidiana.
12. Diseña una actividad lúdica con base en los juegos tradicionales y la socializa en clase.
13. Diseña e implementa estrategias para el desarrollo de actividades lúdico-deportivas.
14. Elabora y desarrolla una ficha de un juego recreativo.
15. Realiza un proyecto deportivo en alguna de las disciplinas de la cultura física, con 16 equipos, desde la planeación hasta su finalización con un campeón, utilizando un sistema de ELIMINACIÓN DOBLE.

Instrucciones: Tener presente los siguientes elementos

- . Los talleres son teórico-prácticos con sustentación oral y/o escrita.
- Previa preparación física a la presentación práctica del taller, recomendamos tres secciones antes de la prueba física.
- Presentación al refuerzo con ropa deportiva, sin maquillaje ni accesorios (cadenas, aretes, celulares y otros)

1. Exploración: Reconocimiento de los desempeños deficitados de los estudiantes. Describirlos.

- Falta de interés y responsabilidad en la elaboración y presentación de tareas.
- Inasistencias injustificadas.
- Actitud negativa frente a la práctica de la educación física y los deportes

- Asesoría: Explícite y describa las actividades principales que posibilitarán los aprendizajes esperados. (Presencial con estudiantes).
- Presentación práctica con una adecuada actitud al ejercicio físico, donde se evidencie una preparación previa a las pruebas a presentar (tareas motrices).
- Trote continuo y moderado de acuerdo a las capacidades físico-atléticas del estudiante , durante un tiempo de 20 minutos.
- Circuito gimnástico por bases o estaciones.
- Esquema gimnástico o de baile con mínimo 10 ejercicios diferentes, con acompañamiento musical.

- Realización de un proyecto deportivo en cualquiera de las disciplinas de la cultura física con 16 equipos, desde la planeación hasta su finalización con un campeón, utilizando un sistema de eliminación doble.
- El proyecto de tener las normas para trabajos escritos y en su exposición puede utilizar diapositivas , cartelera etc.

Actividad: Precisar las ideas, conceptos o procedimientos claves a aprender con base en los indicadores de desempeño. Taller

- Elabora un proyecto deportivo en alguna de las disciplinas de la cultura física con 16 equipos, desde la planeación hasta su finalización con un campeón, utilizando un sistema de eliminación doble.

2. Valoración: Verificación de los objetivos de aprendizaje propuesto. Contempla un:

- Hacer 30% (realización y presentación del taller según los criterios determinados por el docente)
- Saber 60% (Sustentación – El estudiante debe demostrar los conocimientos adquiridos)
- Ser 10% (actitud del estudiante en el proceso. Puntualidad, asistencia, compromiso entre otros)

3. Observaciones generales:

- Los estudiantes deben entregar los talleres y sustentarlos en la fecha y hora acordada.
- En ningún caso se admitirán fotocopias de libros.
- Se deben entregar en físico.
- Se debe utilizar letra arial 11, hoja tamaño oficio, espaciado sencillo.