

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BELLO HORIZONTE Aprobada por Resolución No 4518 del 22 de noviembre de 2005 PLAN DE APOYO EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO 3

INSTRUCCIONES:

- Estimado estudiante a continuación encontrarás el listado de indicadores de desempeño para todo el año escolar, con las respectivas actividades para el cumplimiento del plan de apoyo, indicador por indicador.
- Entregar el trabajo el día indicado.
- El trabajo debe estar muy bien presentado, sin arrugas, tachones o sucio.
- Presentarlo con las normas ICONTEC, y no olvide ponerle portada.
- Prepararse muy bien para sustentar la información del taller en forma oral y practica
- Presentarse a la sustentación y evaluación, el día y la hora indicada.
- Valoración de las actividades: El trabajo escrito y sustentación 50% y actividad practica 50%

INDICADOR DE DESEMPEÑO - PRIMER PERIODO: 1

1. Ejecuta, reconoce y valora las formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos de su cuerpo y la de sus compañeros.

Actividad:

Con la ayuda de tus padres consulta:

1. ¿Qué es movimiento en educación física?
2. ¿cuáles son las formas básicas de movimiento?
3. Realiza en una hoja de block un dibujo de tu cuerpo, y ubica en ella sus partes.
4. En una cartulina, realiza una silueta de tu cuerpo, marca en ella sus segmentos y los movimientos básicos que realiza cada parte.

INDICADOR DE DESEMPEÑO - SEGUNDO PERIODO: 2

2. Ejecuta orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar, además identifica y asume la importancia de poner en práctica actividades saludables para mejorar su integridad física.

Actividad:

Con la ayuda de tus padres consulta:

1. ¿Qué es actividad física?
2. ¿Qué actividades físicas favorecen la salud y el bienestar de las personas?
3. ¿Qué son actividades saludables?
4. ¿Qué actividades saludables se pueden desarrollar para mantener una integridad física?
5. ¿Qué es alimentación saludable y porque necesario alimentarse saludablemente?

INDICADOR DE DESEMPEÑO - TERCER PERIODO: 3

3. Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en diferentes situaciones de juego, identificándolas con conciencia para su desarrollo, valorando sus niveles y la de sus compañeros.

Actividad:

Con la ayuda de tus padres consulta:

1. ¿Qué son habilidades motrices?
2. ¿Cuáles son las habilidades motrices que puede desarrollar un niño entre los 8 y los 10 años de edad?
3. ¿Qué habilidades motrices se desarrollan a través del juego?
4. Realiza una cartelera donde plasmes la importancia de desarrollar las habilidades motrices básicas en el juego.
5. Realiza un escrito, donde expongas las actividades que fueron desarrolladas en las diferentes clases para desarrollar las diferentes habilidades motrices, y realiza un dibujo de cada una de ellas.

INDICADOR DE DESEMPEÑO - CUARTO PERIODO: 4

4. Realiza las formas básicas de movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones de juego, conociendo los cambios fisiológicos que se dan en la realización de los juegos y la actividad física y en las partes del juego que logra identificar.

Actividad:

Con la ayuda de tus padres consulta:

1. ¿Cuáles son las formas básicas de movimiento?
2. ¿Qué combinaciones de movimiento se pueden realizar a través del juego?
3. ¿Qué son cambios fisiológicos?
4. ¿Qué cambios fisiológicos se logra en los niños mediante la ejecución de juegos?
5. ¿Qué clases de juegos propician cambios fisiológicos en niños de 8 a 10 años de edad?