	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BELLO HORIZONTE Aprobada por Resolución No 4518 del 22 de noviembre de 2005 PLAN DE APOYO EDUCACION FISICA TALLER DE REFUERZO Y RECUPERACIÓN	GRADO 6

INSTRUCCIONES:

- Estimado estudiante a continuación encontrarás las respectivas actividades para el cumplimiento del plan de apoyo.
- Entregar el trabajo el día indicado.
- El trabajo debe estar muy bien presentado, con las normas ICONTEC, y no olvide ponerle portada.
- Presentarse a la sustentación y evaluación, el día y la hora indicada.
- Valoración de las actividades: El trabajo escrito: 50 %, sustentación oral: 50 %.

PRIMER PERIODO

INDICADORES DE DESEMPEÑO

1. Conoce los resultados de pruebas físicas y de convivencia identificándolas permitiéndoles conocer su condición y respuesta física y social valida como forma de asumir estilos de vida saludable.

Actividades: Consulta el tema del CALENTAMIENTO FISICO y responde las preguntas.

1. Opine, que importancia para usted tiene el calentamiento físico.
2. Cuales personas te pueden orientar para la realización de un buen calentamiento.
3. Cuanto es el tiempo adecuado para realizar un calentamiento, antes de la tarea deportiva.
4. Cuáles son las partes, de que se compone un buen calentamiento físico.
5. Que movimientos son los apropiados para empezar, y terminar un calentamiento físico.
6. La toma del pulso es importante, antes y después del calentamiento, Que me muestra la toma del pulso.
7. Cuáles son las partes del cuerpo, en que me puedo tomar el pulso.

SEGUNDO PERIODO


INDICADORES DE DESEMPEÑO

1. Ejecuta y explora acciones gimnasticas potenciando sus capacidades físicas, describiéndolas coherentemente disfrutando y realizándolas como medio para interactuar con los demás.

Actividades

Contesta las siguientes preguntas relacionadas con la gimnasia.

1. Defina que es gimnasia.
2. Diga 3 clases de gimnasia.
3. En que consiste la gimnasia artística.
4. Cuales aparatos se usa en la gimnasia femenina y masculina.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BELLO HORIZONTE Aprobada por Resolución No 4518 del 22 de noviembre de 2005 PLAN DE APOYO EDUCACION FISICA REFUERZO Y RECUPERACIÓN	GRADO 6

5. Defina que es hilera y fila.

6. Cuáles son las formas de locomoción.

TERCER PERIODO

INDICADORES DE DESEMPEÑO

1. Construye y comparte esquemas de movimiento espontáneos y guiados comprendiendo la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad compartiendo el disfrute por el movimiento y el juego mejorando sus relaciones interpersonales.

Actividades

Contesta las siguientes preguntas relacionadas con el baloncesto.

1. Que es el baloncesto.
2. Diga 5 reglas del baloncesto.
3. Defina que es driblar.
4. Cuáles son las formas de agarre del balón en el baloncesto.
5. Que clases de lanzamientos hay en el baloncesto.

CUARTO PERIODO

INDICADORES DE DESEMPEÑO

1. Practica normas básicas de higiene corporal como condición de la práctica del juego y el deporte relacionándolas para adquirir hábitos de vida saludable mostrando interés en la adquisición de hábitos y practicas corporales, mental y social.

Actividades

Contesta las siguientes preguntas relacionadas con el voleibol.

1. Elabora una reseña histórica sobre el voleibol.
2. Como evoluciono el voleibol.
3. Enuncie 4 reglas del voleibol.
4. Cuáles son las posiciones fundamentales en este deporte.

5. De que maneras se puede realizar el saque.