

	INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ		Código: GPP-FR-20
	GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO		Versión: 01
			Página 1 de 3

Área o asignatura	Docente	Estudiante	Grado	Fecha de entrega	Periodo
Educación física	Jason Cardona Gómez		11°1, 11°2 11°3 11°4 11°5	Viernes 17 de marzo	1

<p><b>¿Qué es un refuerzo?</b></p> <p>Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.</p> <p><b>Actividades de autoaprendizaje:</b> Observación de vídeos, lecturas, documentos, talleres, consultas.</p> <p>*Los cuadernos desatrasados no constituyen evidencia de aprendizaje</p>	<p><b>Estrategias de aprendizaje</b></p> <p>Realizar actividades de autoaprendizaje sobre los siguientes temas:</p> <p><b>Capacidades física</b>  <b>Velocidad</b>  <b>Resistencia</b>  <b>Fuerza</b></p>
---	---

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<p>1. Competencias de desempeño físico: Ejecuta o intenta ejecutar apropiadamente, y de acuerdo a sus posibilidades, algunas acciones motrices, y/o procedimientos Relacionados con el eje temático que se analiza.</p> <p>2. Competencias básicas: Asimila algunas teorías, discursos Y conceptos</p>	<p>Taller</p> <p>¿Qué son las capacidades físicas?  ¿Cuáles son las capacidades físicas?  ¿En cuántas categorías se dividen las capacidades físicas?  Para cada CATEGORÍA de las capacidades físicas realiza lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Inventa 6 juegos donde se trabaje cada categoría de las capacidades físicas (son 24 en total).</li> <li>Cada juego debe tener la siguiente estructura:  Nombre del juego, Objetivo del juego, descripción del juego, dibujo pintado del juego.</li> </ol> <p>Define los tipos de velocidad en la actividad física</p>	<p>Los insumos a entregar son dos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>La actividad teórica resuelta</li> <li>Entrega manualidades</li> </ol> <p>Después de esto:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Actividad física (2 veces) después de la jornada escolar (12:00)</li> </ol>	<p>La evaluación de este plan de mejoramiento de periodo consiste en asignar unos porcentajes a las 3 actividades asignadas, estos porcentajes se distribuyen así:</p> <p>1 Actividad teórica: 30%  2 Manualidades: 30%</p>



<p>relevantes propios del área, que son analizados en el periodo (los reconoce y los comprende) – asocia razonablemente, los temas analizados en clase, con el funcionamiento, salud y operatividad de su cuerpo. - Trata de aplicar algunos conocimientos que adquiere, a su vida cotidiana. - se expresa verbalmente usando términos propios del tema, en forma fluida y mostrando coherencia.</p>	<p>Define los tipos de resistencia aplicados a la actividad física Define los tipos de fuerza aplicados a la actividad física</p> <p>Por cada tipo de velocidad consultado, inventa o consulta 3 actividades prácticas para realizar en clase. Cada una debe tener la siguiente estructura:</p> <p>Nombre de la actividad Descripción de la actividad Dibujo PINTADO de la actividad</p> <p>Por cada tipo de resistencia consultado, inventa o consulta 3 actividades prácticas para realizar en clase. Cada una debe tener la siguiente estructura:</p> <p>Nombre de la actividad Descripción de la actividad Dibujo PINTADO de la actividad</p> <p>Por cada tipo de fuerza consultado, inventa o consulta 3 actividades prácticas para realizar en clase. Cada una debe tener la siguiente estructura:</p> <p>Nombre de la actividad Descripción de la actividad Dibujo PINTADO de la actividad</p> <p>Actividad: el calentamiento.</p>		<p>2 Actividad practica: 40% debes realizar la parte práctica en la institución con el docente</p> <p>La suma de estas actividades representan el 100% del plan de mejoramiento, por lo que se debe entregar en su totalidad</p>
--	---	--	--

	INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ	Código: GPP-FR-20
	GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO	Versión: 01
		Página 3 de 3

	<p>Realiza un mapa conceptual teniendo en cuenta los pasos para realizar un correcto calentamiento. Describe la importancia de cada uno de los pasos.</p> <p>Actividad de manualidad</p> <p>En el siguiente video se explica cómo realizar materiales deportivos, debes construir 4 tenman. Por favor tener en cuenta entregar las manualidades <b>bien realizadas y recubierta con cinta</b>, observar bien el video explicativos para hacerlo correctamente</p> <p>Tenman</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=k2gqmPGRXfg&amp;t=27s">https://www.youtube.com/watch?v=k2gqmPGRXfg&amp;t=27s</a></p>		
--	--	--	--

\*Para los vídeos, observe los vídeos y haga una lista de los temas y subtemas desarrollados en cada uno. Si en un vídeo se desarrollan ejercicios o problemas, transcribalos a una hoja de bloc e indique el tema al que corresponden. Para los talleres, resuelva los ejercicios, problemas o preguntas en una hoja de bloc, indicando procedimiento o argumentos las preguntas hechas por los docentes. Para los resúmenes, utilice herramientas diferentes al texto, pueden ser flujogramas, mapas mentales, mapas conceptuales. La presentación de los trabajos debe ser ordenada y clara. Para la sustentación del trabajo, debe presentarla puntualmente como se lo indique el docente.