

	INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ	Código: GPP-FR-20
	GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO	Versión: 01
		Página 1 de 2

Área o asignatura	Docente	Estudiante	Grado	Fecha de entrega	Periodo
EDUCACIÓN FÍSICA	Hernán Darío Quintero Bolívar		11°	15-23 marzo	1

<p>¿Qué es un refuerzo? Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.</p> <p>Actividades de autoaprendizaje: Juegos interactivos y actividades de preparación física en casa orientados con video.</p>	<p>Estrategias de aprendizaje</p> <p>Realizar actividades de autoaprendizaje sobre los siguientes temas: PREPARACIÓN FÍSICA Todo desde la virtualidad, trabajo en casa.</p>
---	--

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<p>Manejo de los conceptos teórico – prácticos y aplicados a las situaciones motrices. Solución de problemáticas motrices y aplicadas a su contexto y necesidades inmediatas.</p> <p>Adquisición de las nociones propioceptivas al interactuar y construir movimientos. Afianzar las capacidades motrices mediante las prácticas físicas y al realizar acciones motrices.</p>	<p>Realización de las acciones motrices planteadas en cada una de las unidades y temáticas del área. Construcción de conceptos y argumentación de las preguntas planteadas mediante la pedagogía socio – crítica</p> <p>Elaboración de materiales didáctico-deportivos y físicos planteados por el docente mediante la entrega de trabajos hechos en casa, fruto de la virtualidad.</p> <p>Observación de las estrategias planteadas en los videos desarrollados</p>	<p>Actividad de refuerzo 1 Como como el deporte influye en el biotipo (actividad teórica)</p> <p><u>Instrucciones</u></p> <p>1. observa video: como como el deporte influye en el biotipo Enlace: https://youtu.be/eY5gcKJ27sE</p> <p>2. Tomando como base lo mencionado en él, escribe un texto en prosa de mínimo 200 palabras sobre este tema, el texto debe ser de tu autoría y con tus propias palabras</p> <p>3. Entrégalo a través de Moodle adjuntando el archivo en PDF a esta tarea.</p> <p>Nota: Si se descubre que el texto fue copiado total o parcialmente de internet la nota será 1.0</p> <p>Actividad de refuerzo 2 Rutina Piernas glúteos y Core (actividad Práctica)</p> <p><u>Instrucciones:</u></p> <p>1. Realiza el juego para conocer el nombre de los ejercicios a realizar</p> <p>Enlace: https://view.genial.ly/601c5302a5bc7a0d3b1f4d85/game-clase-1-piernas-gluteos-y-core</p>	<p>Evaluación de las actividades teóricas La calificación dependerá de la calidad en la presentación los trabajos y que se realicen según las instrucciones dadas</p> <p>Evaluación de las actividades prácticas Los videos deberán tener la duración indicada y cumplir con las instrucciones dadas.</p> <p>La entrega podrá ser realizada por Moodle o al correo: hernan.quintero@envigado.edu.co</p> <p>Nota: los archivos de los videos por su tamaño deberán ser subidos a OneDrive y compartir el enlace.</p>



<p>Fomentar la democracia, la ciudadanía, reconocer sus derechos y deberes al realizar acciones motrices para conservar su salud, integralidad e interacción con el otro.</p>	<p>en el año en la plataforma Moodle. Lectura de las guías establecidas desde la virtualidad, en la plataforma Moodle.</p>	<p>2. Hacer la CLASE 2 EF completa y grabarla en video en lo posible sin cortes ni interrupciones. Enlace: https://youtu.be/40cHMitzKkQ (este enlace también está en el juego) 3. Sube el video a una nube, (OneDrive, Google Drive, etc.) o a Youtube y comparte el enlace por Moodle, entrega adjunto en esta tarea. Nota: el video deberá tener una duración de aproximadamente 23 minutos que es el tiempo suficiente para realizar las tres partes de la clase, (calentamiento, rutina y estiramiento)</p> <p>Actividad de refuerzo 3 Capacidades Perceptivo-motrices (actividad Práctica) <u>Instrucciones:</u> 1. Observa la presentación sobre capacidades perceptivo-motrices y el video explicativo: CLASE 4 EF Cinco ejercicios de estabilidad y equilibrio. Enlace: https://view.genial.ly/60426153b21cec7c28c82f43/presentation-capacidades-perceptivo-motrices 2. Realiza el trabajo practico que encontraras explicado en la presentación y grábalo en un video en lo posible sin cortes ni interrupciones. 3. Sube el video a una nube, (OneDrive, Google Drive, etc.) o a Youtube y comparte el enlace por Moodle, entrega adjunto en esta tarea.</p>	
---	--	---	--