

	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	Diego Hernán Pérez Alvarez		OCTAVOS	Marzo 24 de 2021	1

<p>¿Qué es un refuerzo?</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>Actividades de autoaprendizaje: Observación de vídeos, lecturas, documentos, talleres, consultas.</p> <p>*Los cuadernos desatrasados no constituyen evidencia de aprendizaje</p>	<p>Estrategias de aprendizaje</p> <p>Realizar actividades de autoaprendizaje sobre los siguientes temas:</p> <p>Sistema muscular Salto de cuerda</p>
---	---

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<p>Manejo de los conceptos teórico – prácticos y aplicados a las situaciones motrices.</p> <p>Solución de problemáticas motrices y aplicadas a su contexto y necesidades inmediatas.</p> <p>Adquisición de las nociones propioceptivas al interactuar y construir movimientos.</p> <p>Afianzar las capacidades motrices mediante las prácticas físicas y al realizar acciones motrices.</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>Realización de las acciones motrices planteadas en cada una de las unidades y temáticas del área.</p> <p>Construcción de conceptos y argumentación de las preguntas planteadas mediante la pedagogía socio – crítica</p> <p>Elaboración de materiales didácticos, deportivos y físicos planteados por el docente.</p>	<p>En el cuaderno de educación física, responder el siguiente taller.</p> <p>TALLER ESCRITO</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Busca el concepto de: <ol style="list-style-type: none"> a. FIBRA MUSCULAR b. TENDON c. CALAMBRE O TETANIA d. FATIGA MUSCULAR e. ELASTICIDAD MUSCULAR f. CONTRACCION LENTA g. CONTRACCION RAPIDA 2. Enuncie los músculos más largos del cuerpo. 3. Enuncie los músculos más cortos del cuerpo. 4. Enuncie las funciones de los músculos. 5. Como está constituido un músculo, dibuja ubicando sus diferentes partes. 	<p>La evaluación se tendrá la presentación completa del trabajo.</p> <p>Todo el trabajo debe ser escrito a mano.</p>



		<ol style="list-style-type: none">6. En el cuerpo humano cual es el total de músculos.7. De acuerdo al tejido muscular, enuncie y de ejemplos.8. Explique con sus palabras en que consiste la sinapsis.	
--	--	---	--

*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.