

	<i>Institución Educativa Ciudadela las Américas</i>	ACTIVIDAD DE APOYO PRIMER PERIODO GRADO SEXTO AÑO 2019
	Docente: <u>Derly Andrea Herrera</u> Área o asignatura: <u>Educación Física</u>	

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_ GRADO: \_\_\_\_\_ GRUPO: \_\_\_\_\_

1. Escribe la definición de las diferentes habilidades motrices básicas, las capacidades coordinativas y las capacidades condicionales y realiza dibujos o pega láminas que las representen a cada una de ellas.
2. Que es un test físico y para qué sirve. Menciona el nombre de algunos y su forma de desarrollarse.
3. Que es la hidratación, cuantas veces se debe realizar en una clase de educación física y por qué es importante.
4. Dibuja una secuencia de ejercicios en donde se evidencie un estiramiento descendente. (pueden ser los trabajados al iniciar la clase).
5. Investiga la diferencia entre deportes individuales y colectivos. Realiza dibujos que los representen.
6. Plantea una sesión de clase con sus diferentes partes (inicial, central y final) especificando las actividades planteadas y realizando las ilustraciones respectivas. El tema puede ser una habilidad motriz básica o una capacidad coordinativa.

#### Notas importantes

- La actividad de apoyo se debe sustentar en la fecha de entrega de la misma
- Los trabajos deben tener una excelente presentación.
- Se debe entregar en carpeta con resorte, marcada con el nombre completo del estudiante y con el grado o en el cuaderno de educación física.