	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTORABAD GÓMEZ		
	Proceso: GESTION CURRICULAR		
AREA: EDUCACION FISICA NOMBRE DEL DOCUMENTO: PLANES DE APOYO Y MEJORMIENTO GRADO:QUINTO AÑO: 2015 PERÍODO 1 DOCENTE : YESID MIGUEL CASTRO GIL NOMBRE DEL ESTUDIANTE:		Versión 01	Página 1 DE 1

LOGROS/POR COMPETENCIAS

- Nombra las partes del cuerpo y sus respectivas funciones, además, usa el cuerpo como herramienta que permite relacionarnos con los compañeros y comunicar sensaciones, sentimientos, ideas y estados de ánimo.
- Reconoce las distintas posturas corporales y reconoce la importancia de asumir una postura adecuada al sentarse, al caminar, al dormir o al levantar un objeto del suelo, comprendiendo las razones de salud y apariencia personal que justifican las posturas estudiadas.
- Reconocimiento de las posibilidades de movimiento a través de la clase de educación física y la recreación.
- Comprende el concepto de calentamiento corporal, los beneficios de éste en la realización de actividades físicas y las fases para un adecuado desarrollo del calentamiento corporal.

ACTIVIDADES A REALIZAR

Recuerde que las actividades deben ser entregadas oportunamente, de acuerdo a los requerimientos del docente y deben sustentarse.

Ellas deben quedar consignadas en el respectivo cuaderno como evidencia.

El plan de apoyo y mejoramiento también le permite al estudiante que lo desee superar logros que quedaron evaluados con una valoración inferior a la esperada por este.

1. Presentarse a las clases de educación física con el respectivo uniforme o con ropa deportiva.
2. Realizar una consulta sobre la importancia de la hidratación en el cuerpo humano.
3. Realizar un escrito en el cual exprese claramente cuáles son las posturas corporales que se deben asumir al caminar, al sentarse, al levantar un objeto del suelo y al dormir.
4. Represente gráficamente en su cuaderno el cuerpo humano y sus partes.
5. Consulte el concepto de coordinación óculo manual y óculo pédica.
6. Consulte las principales reglas del fútbol de salón.
7. Consulte el concepto de equilibrio.
8. Consulte el concepto de lateralidad.
9. Consulte los fundamentos básicos del atletismo: carreras de velocidad, carreras de fondo, carreras con obstáculos, carreras de relevos, saltos de longitud, salto alto con perdiga o garrucha, salto alto sin perdiga o garrucha, lanzamiento de jabalina, lanzamiento de disco, lanzamiento de bala, lanzamiento de martillo.

BIBLIOGRAFÍA

- <http://www.revistafamilia.ec/index.php/articulos-padres-e-hijos/1608-la-importancia-de-una-buena-postura->
- <http://biologiafotosdibujosimagenes.blogspot.com/2011/03/dibujos-del-cuerpo-humano-y-sus-partes.html>
- <http://www.efdeportes.com/efd151/la-coordinacion-visomotriz-a-traves-del-juego.htm>
- <http://www.todoexpertos.com/categorias/educacion/educacion-fisica/respuestas/270570/coordinacion-fisica>

- <http://reglasdejuegoamf.blogspot.com/>
- <http://www.youtube.com/watch?v=0zJ65OaVAE8>
- <http://www.youtube.com/watch?v=lxWa7qAf61g>
- <http://www.buenastareas.com/ensayos/Equilibrio-En-Educacion-Fisica/245218.html>
- <http://recursosparaeldeporte.blogspot.com/2010/12/equilibrios-estatico-y-dinamico.html>
- <http://www.plazadedeportes.com/hnnoticia.cgi?643,3,0,0,,0>
- <http://es.wikipedia.org/wiki/Atletismo>

METODOLOGÍA DE LA EVALUACIÓN

La evaluación tiene la metodología de consulta para reforzar los conceptos no comprendidos en las clases, la cual debe estar acompañada de un trabajo escrito en el cuaderno y una sustentación oral, por tal razón el docente asignará 2 notas una por el trabajo escrito y otra por la sustentación oral de dichos conceptos.

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO ESCRITO	FECHA DE SUSTENTACIÓN ORAL DEL TRABAJO ESCRITO
--------------------------------------	--

NOMBRE DEL EDUCADOR:

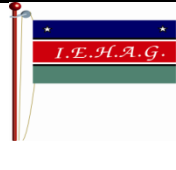
FIRMA DEL EDUCADOR:

NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA:

FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA:

NOMBRE DEL ESTUDIENTE:

FIRMA DEL ESTUDIANTE:

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTORABAD GÓMEZ		
	Proceso: GESTION CURRICULAR		
AREA: EDUCACION FISICA NOMBRE DEL DOCUMENTO: PLANES DE APOYO Y MEJORMIENTO GRADO:QUINTO AÑO: 2014 PERÍODO 1 DOCENTE : YESID MIGUEL CASTRO GIL		Versión 01	Página 1 DE 1
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:			

LOGROS/POR COMPETENCIAS

- Reconoce las distintas posturas corporales y reconoce la importancia de asumir una postura adecuada al sentarse, al caminar, al dormir o al levantar un objeto del suelo, comprendiendo las razones de salud y apariencia personal que justifican las posturas estudiadas.
- Reconocimiento de las posibilidades de movimiento a través de la clase de educación física y la recreación.
- Comprende el concepto de calentamiento corporal, los beneficios de éste en la realización de actividades físicas y las fases para un adecuado desarrollo del calentamiento corporal.

ACTIVIDADES A REALIZAR

Recuerde que las actividades deben ser entregadas oportunamente, de acuerdo a los requerimientos del docente y deben sustentarse.

Ellas deben quedar consignadas en el respectivo cuaderno como evidencia.

El plan de apoyo y mejoramiento también le permite al estudiante que lo desee superar logros que quedaron evaluados con una valoración inferior a la esperada por este.

1. Presentarse a las clases de educación física con el respectivo uniforme o con ropa deportiva.
2. Realizar un escrito en el cual exprese claramente cuáles son las posturas corporales que se deben asumir al caminar, al sentarse, al levantar un objeto del suelo y al dormir.
3. Represente gráficamente en su cuaderno el cuerpo humano y sus partes.
4. Consulte el concepto de coordinación óculo manual y óculo pédica.
5. Consulte las principales reglas del fútbol de salón.
6. Consulte el concepto de equilibrio.
7. Consulte el concepto de lateralidad.
8. Consulte los fundamentos básicos del atletismo: carreras de velocidad, carreras de fondo, carreras con obstáculos, carreras de relevos, saltos de longitud, salto alto con perdiga o garrucha, salto alto sin perdiga o garrucha, lanzamiento de jabalina, lanzamiento de disco, lanzamiento de bala, lanzamiento de martillo.

BIBLIOGRAFÍA

- <http://www.revistafamilia.ec/index.php/articulos-padres-e-hijos/1608-la-importancia-de-una-buena-postura->
- <http://biologiasfotosdibujosimagenes.blogspot.com/2011/03/dibujos-del-cuerpo-humano-y-sus-partes.html>
- <http://www.efdeportes.com/efd151/la-coordinacion-visomotriz-a-traves-del-juego.htm>
- <http://www.todoexpertos.com/categorias/educacion/educacion-fisica/respuestas/270570/coordinacion-fisica>
- <http://reglasdejuegoamf.blogspot.com/>
- <http://www.youtube.com/watch?v=0zJ65OaVAE8>
- <http://www.youtube.com/watch?v=IxWa7qAf61g>
- <http://www.buenastareas.com/ensayos/Equilibrio-En-Educacion-Fisica/245218.html>
- <http://recursosparaeldporte.blogspot.com/2010/12/equilibrios-estatico-y-dinamico.html>
- <http://www.plazadedeportes.com/hnnoticia.cgi?643,3,0,0,,0>

- <http://es.wikipedia.org/wiki/Atletismo>

METODOLOGÍA DE LA EVALUACIÓN

La evaluación tiene la metodología de consulta para reforzar los conceptos no comprendidos en las clases, la cual debe estar acompañada de un trabajo escrito en el cuaderno y una sustentación oral, por tal razón el docente asignará 2 notas una por el trabajo escrito y otra por la sustentación oral de dichos conceptos.

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO ESCRITO	FECHA DE SUSTENTACIÓN ORAL DEL TRABAJO ESCRITO
--------------------------------------	--

NOMBRE DEL EDUCADOR:

FIRMA DEL EDUCADOR:

NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA:

FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA:

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

FIRMA DEL ESTUDIANTE:
