



Institución Educativa Juan XXIII
Resolución de Aprobación 11 75 del 31 de octubre de 2012
Resolución de Aprobación Media Técnica: 1263 del 7 de febrero de 2017

DANE: 105001006556 – NIT: 900585184-1



Resolución de Aprobación 11 75 del 31 de octubre de 2012
Resolución de Aprobación Media Técnica: 1263 del 7 de febrero de 2017
DANE: 105001006556 – NIT: 900585184-1

PLAN DE APOYO

ASIGNATURA/AREA: Educación Física	FECHA:
PERIODO: III	GRADO: Once
NOMBRE DEL DOCENTE: Sebastián Orozco Osorio	
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:	
FECHA DE SUSTENTACIÓN:	
INDICADOR DE DESEMPEÑO: • Conozco técnicas y tácticas de prácticas deportivas. • Identifico características propias del voleibol y el kickball, así como las acciones de promoción y prevención para evitar lesiones deportivas. • Participo en las actividades deportivas reconociendo sus características y reglas. Ejecuto actividades físicas alternativas, siguiendo parámetros técnicos, físicos de seguridad y ecológicos. • Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.	
RECURSOS:	

ACTIVIDADES

El plan de apoyo del área de educación física, recreación y deportes se realiza teórico y práctico.

TALLER

1. ¿Qué es el deporte y qué características lo diferencian de un juego recreativo?
2. ¿Qué factores se deben considerar para clasificar un deporte como individual o de conjunto?
3. Explica la principal diferencia entre deportes individuales y deportes de conjunto.
4. ¿Por qué la comunicación es un elemento clave en los deportes de conjunto?
5. ¿Qué se entiende por deportes de cooperación-oposición? Da un ejemplo.
6. ¿Cómo influyen las estrategias de equipo en los deportes de cooperación-oposición?
7. ¿Por qué en los deportes individuales es importante la autoconfianza y la concentración?
8. ¿Qué papel juega el entrenador en el desempeño tanto de deportes individuales como colectivos?
9. ¿Qué relación existe entre el entrenamiento físico y la mejora del rendimiento deportivo?
10. ¿Qué beneficios sociales aportan los deportes de conjunto a los jóvenes?
11. ¿Por qué los deportes individuales pueden ayudar en el desarrollo de la autonomía personal?
12. ¿Qué son los juegos recreativos y en qué se diferencian de los deportes competitivos?
13. ¿Qué es un juego pre deportivo y cuál es su función en la enseñanza de los deportes?
14. ¿Cómo ayudan los juegos pre deportivos a desarrollar habilidades básicas como coordinación y equilibrio?
15. ¿Por qué es importante respetar las reglas en actividades recreativas y deportivas?
16. ¿Qué tipo de valores se pueden aprender al practicar deportes de cooperación-oposición?
17. ¿Cómo influye el trabajo en equipo en la resolución de problemas dentro de un juego recreativo?
18. ¿Qué elementos deben considerarse para organizar un juego pre deportivo en clase?
19. ¿Por qué se dice que los deportes pueden mejorar la salud física y emocional?
20. Explica cómo la práctica regular de juegos recreativos y deportes contribuye al desarrollo integral del estudiante.?

PRACTICA:



Institución Educativa Juan XXIII

Resolución de Aprobación 11 75 del 31 de octubre de 2012
Resolución de Aprobación Media Técnica: 1263 del 7 de febrero de 2017

DANE: 105001006556 – NIT: 900585184-1

- Se realizará actividad física para la salud, donde se trabajará fuerza, velocidad y/o resistencia.

EVALUACIÓN:

- El taller deberá entregarlo en hojas de block a manuscrito y se realizará la respectiva sustentación oral en la fecha que se establezca.

CRITERIOS DE APROBACIÓN:

Ítem	Nota
Taller escrito completo y sustentado	
Practica	