



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: I	GRADO: Séptimo
NOMBRE DEL DOCENTE: Sebastián Orozco Osorio	
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:	
FECHA DE SUSTENTACIÓN:	
INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none">• Realizo secuencias gimnásticas de manera individual y grupal, manteniendo la continuidad en equipo.• Realizo los ejercicios que desarrollan las capacidades físicas, teniendo en cuenta su condición física.• Practico hábitos de vida saludable como la realización de actividades físicas y deportivas.• Propongo variables en la ejecución de las secuencias gimnásticas.• Participo de manera responsable en actividades físicas y deportivas ya que contribuyen a mi calidad de vida.	
RECURSOS:	

ACTIVIDADES

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

Taller:

1. Describa ¿qué es la gimnasia?
2. ¿Quién es el padre de la gimnasia y cuál era su origen?
3. Mencione ¿Cuáles son los tipos de gimnasia?
4. Escoge uno de los tipos de gimnasia y descríbalos.
5. Realiza la ilustración de dos de los aparatos gimnásticos.
6. ¿Qué son las capacidades físicas y como se clasifican?
7. ¿Cuáles son las capacidades coordinativas y su clasificación?
8. ¿Cuáles son las capacidades condicionales y su clasificación?

Practica:

De acuerdo a las habilidades gimnásticas trabajadas en el periodo planear una revista gimnástica o coreografía donde se incluyan las 5 habilidades, acrosport y tenga una duración entre 3 y 5 minutos.

Evaluación:

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

Criterios de aprobación:

Ítem	Nota
Taller escrito completo y sustentado	
Realizar los 3 ejercicios de forma fluida	
Actividades físicas realizadas completas	