



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: II	GRADO: Sexto
NOMBRE DEL DOCENTE: Sebastián Orozco Osorio	
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:	
FECHA DE SUSTENTACIÓN:	
INDICADOR DE DESEMPEÑO: • Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego. • Identifico las características básicas del baloncesto. • Controlo el movimiento en diferentes espacios al desplazarme y manipular objetos. • Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego. • Controlo el movimiento en diferentes espacios al desplazarme y manipular objetos. • Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.	
RECURSOS:	

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

TALLER:

1. ¿Qué es el atletismo?
2. ¿Cuáles son las principales modalidades o grupos de pruebas que conforman el atletismo? Explica brevemente cada una.
3. ¿Qué diferencias existen entre las pruebas de velocidad, medio fondo y fondo? Menciona al menos un ejemplo de cada una.
4. ¿Cuáles son las principales pruebas de salto en el atletismo? Explica una de ellas.
5. ¿Cuáles son las principales pruebas de lanzamiento? Menciona las cuatro pruebas y explica qué implemento se utiliza en cada una.
6. ¿Qué son las carreras de relevos? Explica cómo se realizan y cuál es la función del testigo o relevo.
7. ¿Qué diferencia existe entre una carrera de velocidad y una carrera de fondo en cuanto a distancia, esfuerzo físico y estrategia?
8. ¿Qué es la salida baja y en qué pruebas del atletismo se utiliza principalmente? Explica las diferentes posiciones que adopta el atleta antes de iniciar la carrera.
9. En una competencia de salto o lanzamiento, ¿cómo se determina el ganador? Explica qué se tiene en cuenta para establecer las mejores marcas.
10. Imagina que vas a participar en una competencia de atletismo representando a tu colegio. Elige una prueba en la que te gustaría participar y explica:
 - ✓ ¿Por qué la escoges?
 - ✓ ¿Qué capacidades físicas necesitas?
 - ✓ ¿Qué reglas debes respetar?
 - ✓ ¿Cómo te prepararías para participar?

Practica:

De acuerdo a las modalidades atléticas trabajadas durante el periodo se realizará una práctica sobre ellas.

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 de atletismo	