



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: Undécimo
NOMBRE DEL DOCENTE: Sebastián Orozco Osorio	
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:	
FECHA DE SUSTENTACIÓN:	
INDICADOR DE DESEMPEÑO: - Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. - Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. - Selecciono y aplico técnicas de movimientos para mi proyecto de actividad física. - Comprendo la relación entre salud y actividad física y de ella realizo mi práctica. - Asumo en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.	
RECURSOS:	

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

Actividades prácticas: [Actividad física para la salud](#)

En la diapositiva encontrara 4 actividades en las cuales se desarrollan diferentes ejercicios de las capacidades condicionales y coordinativas trabajadas durante el periodo. A partir de estas actividades deberá ejecutar 8 ejercicios en la sustentación.

Se recomienda practicar en casa las actividades para estar preparado y presentarlas.

Evaluación:

- Se escogerán 8 de las actividades planteadas en la diapositiva y deberá realizarlas completamente asignada.

Criterios de aprobación:

Ítem	Nota
Actividades físicas realizadas completas	