

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTORABAD GÓMEZ</b>
	<b>Proceso:</b> GESTION CURRICULAR
<b>AREA: EDUCACIÓN FÍSICA</b> <b>NOMBRE DEL DOCUMENTO: PLAN DE MEJORAMIENTO</b> <b>GRADO: 4° : PERÍODO 2</b> <b>DOCENTE : YESID CASTRO</b> <b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE:</b>	

### LOGROS/POR COMPETENCIAS

- Comprender el concepto de flexibilidad, fuerza, resistencia y velocidad en la Educación Física.
- Comprender el concepto y los diferentes tipos de lateralidad.
- Reconoce las reglas del balonmano.

### ACTIVIDADES A REALIZAR

- Consultar el concepto de flexibilidad, fuerza, resistencia y velocidad.
- Consultar los beneficios de realizar ejercicios de fortalecimiento de las capacidades físicas básicas para la salud humana.
- Consultar el concepto de lateralidad y los diferentes tipos de lateralidad.
- Consulte las reglas del balonmano.

### Bibliografía:

- <http://www.efdeportes.com/efd131/capacidades-fisicas-basicas-evolucion-factores-y-desarrollo.htm>
- <https://www.fuentesaludable.com/beneficios-de-mejorar-las-capacidades-fisicas/>
- <https://es.wikipedia.org/wiki/Lateralidad>
- <https://reglamentos-deportes.com/reglas-de-balonmano/>

**Comentario [U1]:** No solo la webgrafía, se debe colocar el nombre del autor y la fecha de consulta

### METODOLOGÍA DE LA EVALUACIÓN

La evaluación del refuerzo tiene la metodología de consulta para reforzar los conceptos no comprendidos en las clases, la cual debe estar acompañada de un trabajo escrito, una sustentación oral y de ser necesario un trabajo práctico, por

tal razón, el docente asignará 2 notas, una por el trabajo escrito y otra por la sustentación oral de dichos conceptos y la realización de las actividades prácticas.

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO ESCRITO:

FECHA DE SUSTENTACIÓN ORAL:

NOMBRE DEL EDUCADOR: YESID CASTRO

FIRMA DEL EDUCADOR:

---

NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA:

---

FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA:

---

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:

---