
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”</i>	 <small>CO-SC-CER352434</small>
CÓDIGO DP-FO-09	PLAN DE APOYO	VERSIÓN: 4

FECHA: MARZO 7

PERIODO: UNO

GRADO: SEXTO

DOCENTE: SANDRA VÁSQUEZ

AREA: Educación física

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: _____

• **LOGRO O LOGROS NO ALCANZADOS DURANTE EL PERÍODO:**

- **Demostración de estrategias para el cuidado del cuerpo.**
- **Definición de conceptos propios de las actividades prácticas.**
- **Ejecución de movimientos en la práctica acordes con las actividades propias de su edad.**

• **PRESENTACIÓN DEL TRABAJO**

El taller debe entregarse, en las fechas establecidas, en hojas de block (limpio y ordenado) a mano y prepararse para la socialización o sustentación en forma oral o escrita según fechas asignadas. Se calificara de la siguiente manera:

Presentación: 30%

Sustentación: 70%

• **TALLER A DESARROLLAR:**

- * **Cuál es la meta del estiramiento?**
- * **¿Cómo debe estirarse?**
- * **Y dibuja 10 ejercicios de estiramiento muscular**
- * **¿Qué es la fuerza?**
- * **¿Qué es la fuerza máxima? Y realiza un dibujo.**
- * **¿Qué es la fuerza explosiva? Y realiza un dibujo.**
- * **¿Qué es la resistencia a la fuerza? Y escribe un ejemplo.**
- * **¿Qué es resistencia?**
- * **¿Cuál es la diferencia entre resistencia aeróbica y la resistencia anaeróbica?**
- * **¿Qué es velocidad?**
- * **¿de qué trata la velocidad de reacción? Y escribe un ejemplo.**
- * **¿De qué trata la velocidad de desplazamiento? Y en que deportes se aplica.**
 - * **¿Qué es flexibilidad? Y realiza 10 dibujos de flexibilidad**



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ

"Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia"



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-09

PLAN DE APOYO

VERSIÓN: 4