



INSTITUCION EDUCATIVA DEPARTAMENTAL

GUSTAVO URIBE RAMIREZ

GRANADA CUNDINAMARCA AÑO 2023



PLAN DE MEJORAMIENTO Y/O DE PROFUNDIZACIÓN PARA ESTUDIANTES

DOCENTE: TERESA MARTIN	AREA, ASIGNATURA: <b>EDUCACION FISICA</b>	
GRADO: <b>SEPTIMO</b>	FECHA: 6 DE OCTUBRE	
COMPETENCIA(S) NO ALCANZADA(S)	DESCRIPCION DE ACTIVIDADES A DESARROLLAR	
<p>1. Experimenta las mejores maneras de explicar las habilidades motrices básicas, destrezas y acrobacias a partir de identificar como las realiza.</p> <p>2. Debe manejar capacidades motrices de base y cualidades físicas con pequeños elementos y a la vez desarrollar valores como responsabilidad, respeto y tolerancia.</p> <p>3. Desarrolla habilidades deportivas relacionadas con el baloncesto.</p>	<p>1. Realizar trabajo escrito a mano con normas APA con los siguientes temas:</p> <p>1.1 Voleibol y baloncesto; investigar: Historia, fases técnicas de cada uno, reglamento, escoger uno y hacer la maqueta.</p> <p>1.2 gimnasia: , investigar: Historia, que es la gimnasia, tipos de gimnasia teniendo en cuenta el género, explicar cada uno mencionando los elementos o aparatos utilizados en cada tipo, dibujarlos.</p> <p>2. Trabajo práctico:</p> <p>2.1. Con soga realizar 20 saltos a pie junto, 20 saltos sencillo, 20 saltos cruzados, 20 saltos atrás, 20 saltos con el laso al lado, 20 saltos con mano derecha, 20 saltos con mano izquierda y 20 saltos combinados.</p> <p>2.3. Con un balón de baloncesto y dos compañeros realizar durante 1 minuto la trenza manteniendo la distancia con pase de pecho.</p> <p>2.4. Con balón de voleibol realizar 30 golpes de antebrazos con un compañero utilizando sus fases técnicas.</p>	
COMPETENCIAS A PROFUNDIZAR	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
Debe manejar capacidades motrices de base y cualidades físicas con pequeños elementos y a la vez desarrollar valores como responsabilidad, respeto y tolerancia.	Investigar sobre los valores de tolerancia, respeto y responsabilidad; deberá estar consignado en el trabajo escrito.	
CRITERIOS DE EVALUACION	FUENTES BIBLIOGRÁFICAS	
<p>Trabajo escrito con todos sus temas y sustentación tendrá un valor del 50%.</p> <p>La realización de los indicadores ´propuestos de la debida forma tendrá un valor del 50%.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Preparación Física Primer nivel. Augusto Pilas Teleña.</li> <li>Voleibol: "Una visión didáctico-metodológica" / Ramón Octavio Zambrano González. – Bucaramanga (Colombia).</li> <li>"Baloncesto. Aprender y progresar". Paidotribo. Barcelona. · BEARD, D. Prólogo de Julius Erving (1988).</li> <li>García, Luis; Moreno, M. Perla; Iglesias, Damián; Moreno, Alberto; Del Villar, Fernando EL CONOCIMIENTO TÁCTICO EN TENIS. UN ESTUDIO CON JUGADORES EXPERTOS Y NOVELES.</li> <li>Gimnasia básica Battista, Eric Publicado por Hispano Europea., 1986</li> </ul>	
FECHA DE ENTREGA: 6 DE OCTUBRE	FECHA DE SUSTENTACIÓN Y ENTREGA DE EVIDENCIAS: SEMANA ENTRE EL 17 Y 20 DEOCTUBRE	
ESTUDIANTE	VALORACIÓN	DOCENTE
Revisado Coordinación académica.		



**INSTITUCION EDUCATIVA DEPARTAMENTAL**  
**GUSTAVO URIBE RAMIREZ**  
**GRANADA CUNDINAMARCA AÑO 2023**



**PLAN DE MEJORAMIENTO Y/O DE PROFUNDIZACIÓN PARA ESTUDIANTES**

<b>DOCENTE: TERESA MARTIN</b>	<b>AREA, ASIGNATURA: EDUCACION FISICA</b>	
<b>GRADO: OCTAVO</b>	<b>FECHA: 6 DE OCTUBRE</b>	
<b>COMPETENCIA(S) NO ALCANZADA(S)</b>	<b>DESCRIPCION DE ACTIVIDADES A DESARROLLAR</b>	
<p>1. Identifica diferentes formas de realizar las habilidades motrices básicas como destrezas y acrobacias</p> <p>2. Debe manejar capacidades motrices de base y cualidades físicas con pequeños elementos y a la vez desarrollar valores como responsabilidad, respeto y tolerancia</p> <p>3. Consolidar la adaptación, el control y la transformación de los movimientos de baloncesto aprendidos en relación al espacio, al tiempo y a las situaciones de juego.</p>	<p>1. Realizar trabajo escrito a mano con normas APA con los siguientes temas:</p> <p>1.1 Voleibol y baloncesto; investigar: Historia, fases técnicas de cada uno, reglamento, escoger uno y hacer la maqueta.</p> <p>1.2 gimnasia: , investigar: Historia, que es la gimnasia, tipos de gimnasia teniendo en cuenta el género, explicar cada uno mencionando los elementos o aparatos utilizados en cada tipo, dibujarlos.</p> <p>2. Trabajo práctico:</p> <p>2.1. Con soga realizar 20 saltos a pie junto, 20 saltos sencillo, 20 saltos cruzados, 20 saltos atrás, 20 saltos con el laso al lado, 20 saltos con mano derecha, 20 saltos con mano izquierda y 20 saltos combinados.</p> <p>2.3. Con un balón de baloncesto y dos compañeros realizar durante 1 minuto la trenza manteniendo la distancia con pase de pecho.</p> <p>2.4. Con balón de voleibol realizar 30 golpes de antebrazos con un compañero utilizando sus fases técnicas.</p>	
<b>COMPETENCIAS A PROFUNDIZAR</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>	
Debe manejar capacidades motrices de base y cualidades físicas con pequeños elementos y a la vez desarrollar valores como responsabilidad, respeto y tolerancia	Investigar sobre los valores de tolerancia, respeto y responsabilidad; deberá estar consignado en el trabajo escrito.	
<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>	<b>FUENTES BIBLIOGRÁFICAS</b>	
<p>Trabajo escrito con todos sus temas y sustentación tendrá un valor del 50% .</p> <p>La realización de los indicadores ´propuestos de la debida forma tendrá un valor del 50%.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparación Física Primer nivel. Augusto Pilas Teleña.</li> <li>• Voleibol: "Una visión didáctico-metodológica" / Ramón Octavio Zambrano González. – Bucaramanga (Colombia).</li> <li>• "Baloncesto. Aprender y progresar". Paidotribo. Barcelona. · BEARD, D. Prólogo de Julius Erving (1988).</li> <li>• García, Luis; Moreno, M. Perla; Iglesias, Damián; Moreno, Alberto; Del Villar, Fernando EL CONOCIMIENTO TÁCTICO EN TENIS. UN ESTUDIO CON JUGADORES EXPERTOS Y NOVELES.</li> <li>• Gimnasia básica Battista, Eric Publicado por Hispano Europea., 1986</li> </ul>	
<b>FECHA DE ENTREGA:</b> 6 DE OCTUBRE	<b>FECHA DE SUSTENTACIÓN Y ENTREGA DE EVIDENCIAS:</b> <b>SEMANA ENTRE EL 17 AL 20 DE OCTUBRE</b>	
<b>ESTUDIANTE</b>	<b>VALORACIÓN</b>	<b>DOCENTE</b>
<b>Revisado</b> Coordinación académica.		



**INSTITUCION EDUCATIVA DEPARTAMENTAL**  
**GUSTAVO URIBE RAMIREZ**  
**GRANADA CUNDINAMARCA AÑO 2023**



**PLAN DE MEJORAMIENTO Y/O DE PROFUNDIZACIÓN PARA ESTUDIANTES**

<b>DOCENTE: TERESA MARTIN</b>	<b>AREA, ASIGNATURA: EDUCACION FISICA</b>
<b>GRADO: NOVENO</b>	<b>FECHA: 6 DE OCTUBRE</b>
<b>COMPETENCIA(S) NO ALCANZADA(S)</b>	<b>DESCRIPCION DE ACTIVIDADES A DESARROLLAR</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Combino movimientos con uso de diferentes elementos (soga, balón, aro).</li> <li>2. Debe manejar capacidades motrices de base y cualidades físicas con pequeños elementos y a la vez desarrollar valores como responsabilidad, respeto y tolerancia</li> <li>3. Reconoce las mejores maneras de practicar habilidades motrices básicas, destrezas y acrobacias a partir de identificar los factores (posibilidades de movimiento en diferentes posiciones, la influencia de sus capacidades motoras, sus ritmos internos y estados corporales) que favorecen u obstaculizan la práctica.</li> <li>4. Consolidar la adaptación, el control y la transformación de los movimientos de baloncesto aprendidos en relación al espacio, al tiempo y a las situaciones de juego.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizar trabajo escrito a mano con normas APA con los siguientes temas: <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1 Voleibol y baloncesto; investigar: Historia, fases técnicas de cada uno, reglamento, escoger uno y hacer la maqueta.</li> <li>1.2 Gimnasia: , investigar: Historia, que es la gimnasia, tipos de gimnasia teniendo en cuenta el género, explicar cada uno mencionando los elementos o aparatos utilizados en cada tipo, dibujarlos.</li> </ol> </li> <li>2. Trabajo práctico: <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Con soga realizar 20 saltos a pie junto, 20 saltos sencillo, 20 saltos cruzados, 20 saltos atrás, 20 saltos con el lazo al lado, 20 saltos con mano derecha, 20 saltos con mano izquierda y 20 saltos combinados.</li> <li>2.3. Con un balón de baloncesto y dos compañeros realizar durante 1 minuto la trenza manteniendo la distancia con pase de pecho.</li> <li>2.4. Con balón de voleibol realizar 30 golpes de antebrazos con un compañero utilizando sus fases técnicas.</li> </ol> </li> </ol>
<b>COMPETENCIAS A PROFUNDIZAR</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</b>
Debe manejar capacidades motrices de base y cualidades físicas con pequeños elementos y a la vez desarrollar valores como responsabilidad, respeto y tolerancia.	Investigar sobre los valores de tolerancia, respeto y responsabilidad; deberá estar consignado en el trabajo escrito.
<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>	<b>FUENTES BIBLIOGRÁFICAS</b>
Trabajo escrito con todos sus temas y sustentación tendrá un valor del 50% . La realización de los indicadores ´propuestos de la debida forma tendrá un valor del 50%.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparación Física Primer nivel. Augusto Pilas Teleña.</li> <li>• Voleibol: "Una visión didáctico-metodológica" / Ramón Octavio Zambrano González. – Bucaramanga (Colombia).</li> <li>• "Baloncesto. Aprender y progresar". Paidotribo. Barcelona. · BEARD, D. Prólogo de Julius Erving (1988).</li> <li>• García, Luis; Moreno, M. Perla; Iglesias, Damián; Moreno, Alberto; Del Villar, Fernando EL CONOCIMIENTO TÁCTICO EN TENIS. UN ESTUDIO CON JUGADORES EXPERTOS Y NOVELES.</li> <li>• Gimnasia básica Battista, Eric Publicado por Hispano Europea., 1986</li> </ul>
<b>FECHA DE ENTREGA:</b> <b>6 DE OCTUBRE</b>	<b>FECHA DE SUSTENTACIÓN Y ENTREGA DE EVIDENCIAS:</b>  <b>SEMANA ENTRE EL 17 AL 20 DE OCTUBRE</b>
<b>ESTUDIANTE</b>	<b>VALORACIÓN</b> <span style="float: right;"><b>DOCENTE</b></span>
<b>Revisado</b> Coordinación académica.	