

TALLER DE PLAN DE MEJORAMIENTO PERIODO

Periodo	PRIMERO	Grupo	PRIMERO	Área	EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES
Alumno(a)					
Maestro:	Diana Moreno Usuga				
Indicadores de Desempeño:	<p>SABER: Identifica en situaciones problemáticas como debe ser su desplazamiento y control dinámico.</p> <p>HACER: Ejecuta adecuadamente los desplazamientos y domina su cuerpo en situaciones de equilibrio dinámico.</p> <p>SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.</p>				

Actividades	Fecha
<p>1. Escriba el concepto de desplazamiento y equilibrio</p> <p>-Desplazamiento: Es cuando el cuerpo se mueve de un lugar a otro. Por ejemplo: caminar, correr, saltar o gatear.</p> <p>- Equilibrio dinámico: Es la capacidad de mantener el equilibrio mientras el cuerpo está en movimiento, como cuando caminamos por una línea o pasamos por obstáculos sin caernos</p> <p>2. Observa y practica los siguientes ejercicios de desplazamiento y equilibrio dinámico.</p> <p>-Caminar sobre una línea recta manteniendo el equilibrio: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=1BvOM6EOyYQ">https://www.youtube.com/watch?v=1BvOM6EOyYQ</a></p> <p>-Saltar con ambos pies pasando pequeños obstáculos: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YBqZC6FhKJQ">https://www.youtube.com/watch?v=YBqZC6FhKJQ</a></p> <p>3. Dibuja tres formas de desplazarte en la clase de educación física.</p> <p>Ejemplo:</p> <p>-Caminar</p> <p>-Correr</p> <p>-Saltar</p> <p>(Realiza un dibujo de cada uno).</p> <p>4. Escriba tres ejemplos de actividades donde utilices el equilibrio dinámico.</p> <p>5. Explica cómo debes mover tu cuerpo cuando realizas un recorrido con obstáculos en la clase de educación física.</p>	<p>Entrega del taller: 40 %</p> <p>Sustentación: 60%</p>



Firma Docente	Firma Alumno

