

TALLER DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS DE APOYO

PROCESO NIVELATORIO

**Área**: Educación física **Grado**: Noveno **Año:** 2024 - 2025

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Los estudiantes que al finalizar el año lectivo hayan obtenido valoración de desempeño bajo dos (2) área del plan de estudios y hayan asistido como mínimo a 75% de las actividades académicas, pueden ser promovidos con programación de actividades complementarias de apoyo, las cuales se presentarán en sesión programada y previamente informada antes de iniciar el año lectivo siguiente y tendrán como plazo máximo para su recuperación el primer periodo académico del mismo.*

Observaciones Generales:

Desarrolle el taller correspondiente al área en la cual presentó debilidades académicas, según lo muestra el informe final entregado al acudiente al final del año lectivo.

Presentación:

El taller debe presentarse a mano completamente diligenciado con normas A.P.A. y ser entregado el viernes 17 de enero de 2025, donde el estudiante dará cuenta de sus conocimientos y competencias.

**PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS**

1. ¿Cómo impacta la toma de decisiones rápida en el baloncesto y la calidad del juego en equipo?
2. ¿Cuál es la importancia del entrenamiento físico específico para el balonmano y cómo puede optimizarse para mejorar la condición física
3. ¿Por qué es importante la práctica del atletismo y como mejoro las habilidades motrices básicas en las competencias especificas?
4. ¿Por qué es importante practicar nuevas tendencias deportivas de conjunto en clase de educación física y cómo pueden estas tendencias contribuir al desarrollo integral de los estudiantes
5. ¿Por qué es importante fomentar la práctica de juegos tradicionales y recreativos en las clases de educación física, más allá de los deportes populares?

**ACTIVIDADES:**

A continuación, responde las siguientes preguntas relacionadas con diversos temas del área de educación física:

1. Elabora un mapa mental sobre las capacidades físicas condicionales.
2. Investiga cinco juegos que ayuden a desarrollar las capacidades físicas y explica cómo contribuyen a su mejora.
3. ¿Qué son las competencias de decatlón y heptatlón? Explica cómo se realizan y qué pruebas incluyen.
4. Dibuja la pista de atletismo, especificando las áreas y las pruebas de competición que se realizan en ella.
5. ¿Cuál es la diferencia entre las capacidades físicas condicionales y coordinativas, y cómo se desarrollan en el contexto de la actividad física y el deporte? Incluye ejemplos visuales de cada capacidad.
6. Investiga y encuentra diez imágenes que representen los juegos tradicionales de épocas pasadas.
7. Elabora un cuadro comparativo con cinco semejanzas y cinco diferencias entre el palotroke y el Ultimate Frisbee.
8. ¿Qué establece el reglamento del baloncesto en relación con las faltas de 'doble', 'caminar' y 'salto perdido'? Explica sus características y las consecuencias de cometerlas.
9. Investiga y dibuja los siguientes test: salto horizontal, burpees, fuerza abdominal y 10x5. Explica en qué consisten y cómo se realizan.
10. Consulta y explica los siguientes términos: resistencia aeróbica, resistencia anaeróbica, fuerza explosiva, fuerza de resistencia, fuerza isométrica, velocidad de reacción, velocidad de desplazamiento, velocidad gestual, flexibilidad estática y flexibilidad dinámica.