

**PLANES COMPLEMENTARIOS DE APOYO**

**Asignatura: Educación física Grado:7° Periodo: 04 Año:2024**

**RECOMENDACIONES**

*Cada periodo el docente formula una pregunta problematizadora o situación problema relacionada con las metas de aprendizaje que le ayudan al estudiante a prepararse para sustentar sus conocimientos y niveles de competencia desde cada área. Los planes de apoyo serán atendidos de la semana del* ***15 al 25 de octubre.*** *El estudiante debe repasar los temas trabajados en el periodo y consultar los referentes bibliográficos citados por el docente en cada asignatura y realizar el taller como guía orientadora para la sustentación.*

1. **Pregunta problematizadora**

¿Cómo se puede desarrollar la coordinación segmentaria en los estudiantes a través de actividades físicas y deportivas?

1. **Metas de aprendizaje**

Al finalizar el periodo, los estudiantes serán capaces de comprender los conceptos básicos sobre la motricidad óculo manual y pédica en la educación física, así como también de aplicar estos conocimientos en la práctica a través del desarrollo de habilidades y destrezas físicas.

**Temas del periodo**

Juegos predeportivos de pelota

Actividad física para el mejoramiento de la salud

Ejercicios de desplazamiento individual y grupal

Actividades deportivas óculo-pédicas Actividades deportivas óculo-manual

Circuito para el desarrollo de habilidades

1. **Taller como guía orientadora para la sustentación**

Las actividades que se presentarán a continuación, deberán ser resueltas oportunamente por aquellos estudiantes que tuvieron un desempeño bajo en el área de educación física durante el periodo académico.

Responda lo siguiente:

1. Realiza una mini cartelera sobre la promoción de la salud y la actividad física
2. Que es la motricidad óculo manual y óculo pédica
3. ¿Cuáles son los diferentes movimientos básicos que se puede llevar a cabo en una actividad física?
4. Explica y dibuja (5) ejercicios de desplazamiento y (5) de manipulación
5. Investiga y dibuja 5 ejercicios para el desarrollo óculo manual
6. Investiga y dibuja 5 ejercicios para el desarrollo óculo pédica
7. Realiza una sopa de letras sobre 10 deportes de pelota
8. Investiga 5 ejemplos de cuando utilizamos la coordinación óculo-motora
9. Investiga sobre las capacidades coordinativas y realiza un mapa mental sobre el tema
10. Selecciona 10 imágenes de internet sobre los diferentes deportes que predomina la habilidad óculo manual y pédica
11. **Referentes bibliográficos**

* [**https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf**](https://www.neuquen.edu.ar/wp-content/uploads/2017/10/COORDINACION-OCULO-MOTRIZ-NXPowerLite.pdf)
* [**https://www.projardin.es/portfolio\_page/coordinacion-oculo-manual/#:~:text=La%20coordinaci%C3%B3n%20%C3%B3culo%2Dmanual%20tambi%C3%A9n,que%20ejecutan%20una%20tarea%20concreta**](https://www.projardin.es/portfolio_page/coordinacion-oculo-manual/#:~:text=La%20coordinaci%C3%B3n%20%C3%B3culo%2Dmanual%20tambi%C3%A9n,que%20ejecutan%20una%20tarea%20concreta)**.**
* [**https://www.youtube.com/watch?v=f-lcH3uqa3k**](https://www.youtube.com/watch?v=f-lcH3uqa3k)
* [**https://www.iviva.es/list/3077/3073/2/1/1/Coordinacion-oculo-pedica.htm**](https://www.iviva.es/list/3077/3073/2/1/1/Coordinacion-oculo-pedica.htm)
* [**https://peterball12.wordpress.com/2021/09/21/oculo-manual-y-oculo-podal/**](https://peterball12.wordpress.com/2021/09/21/oculo-manual-y-oculo-podal/)