

PLAN DE APOYO PRIMER PERIODO 2020

PROGRAMA	Educación Regular	AREA/ASIGNATURA	Educación física
SEDE	Robledo	FECHA	
ESTUDIANTE		GRADO	11°

Actividades:

Consulte lo siguiente

1. Cuatro pruebas (test) para la valoración de la resistencia, con sus respectivas tablas de resultados
2. Cuatro pruebas (test) para la valoración de la fuerza, con sus respectivas tablas de resultados
3. Cuatro pruebas (test) para la valoración de la velocidad, con sus respectivas tablas de resultados
4. Cuatro pruebas (test) para la valoración de la flexibilidad, con sus respectivas tablas de resultado
5. Dibuje una batería de diez ejercicios para el desarrollo de la fuerza muscular.
6. Dibuja diez ejercicios que realizaste en las clases de educación física durante el periodo y explica en qué consiste cada uno.
7. Consulte la historia del deporte en la Grecia antigua (Una página)
8. Consulte la historia de deportes en la Roma antigua (Una página)
9. Realiza un paralelo sobre el origen del deporte en Grecia y Roma, estableciendo semejanzas y diferencias

Semejanzas	Diferencias
1.	1.
2.	2.
3.	3.

Recomendaciones:

1. Presenta este plan de apoyo en hojas de block, realizado a mano
2. Cuando presentes el plan de apoyo, debes realizar la evaluación escrita y una práctica de resistencia planeada por el docente encargado.

¡TE DESEO MUCHOS ÉXITOS!