



PORTAFOLIO DE EVIDENCIAS

2° OPORTUNIDAD EXTRAORDINARIA

ATLETISMO

Nombre del estudiante: _____

Grupo: _____

Matrícula: _____ Fecha: _____

Docente: _____

El presente portafolio forma parte del 50% de tu calificación. Este valor se obtendrá siempre y cuando cumpla con los siguientes requisitos:

1. Escribe tus datos de identificación completos.
2. El portafolio se entregará en físico como requisito el día del examen.

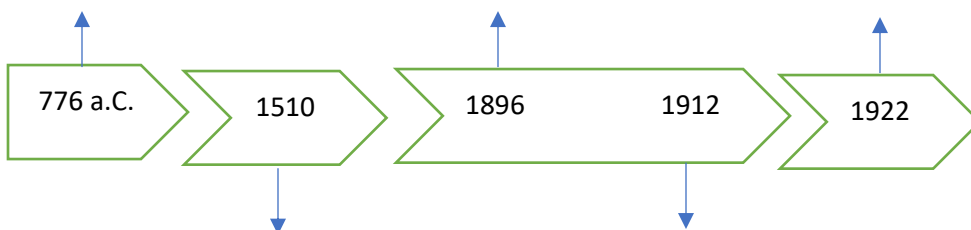
SIGUE LAS INSTRUCCIONES BRINDADAS POR TU MAESTRO PARA EL LLENADO DE ESTE PORTAFOLIO.

!!!ATENCIÓN!!!

El plagio y comercio de material académico contenido en este portafolio será sancionado en los términos de la Legislación Universitaria.

ATLETISMO

ETAPA 1.- Identifica el suceso según el año solicitado (5 puntos)

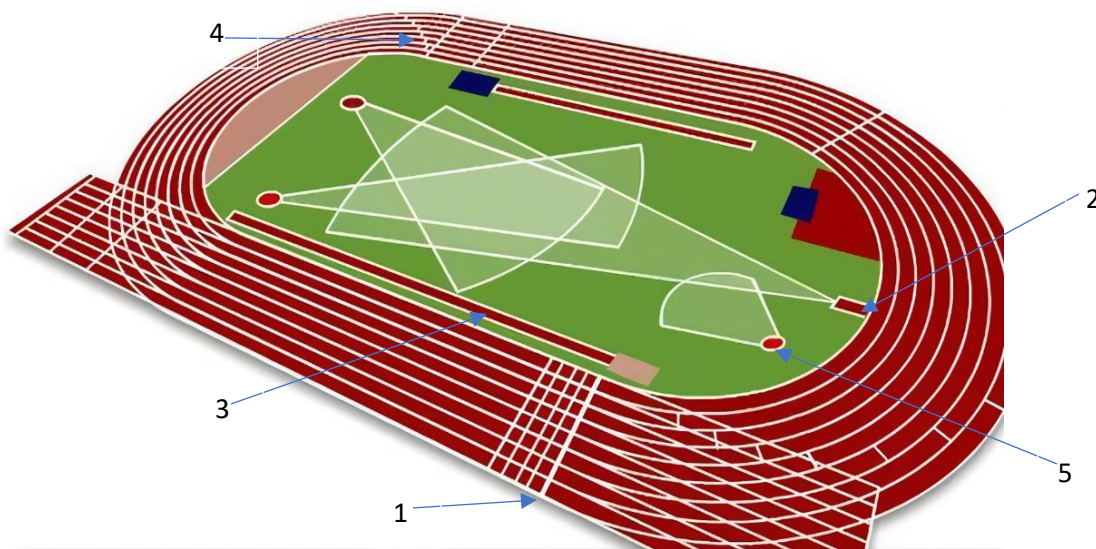


ETAPA 2.- Pruebas del atletismo (20 puntos)

Identifica algunas pruebas según la clasificación solicitada (10 puntos)

Velocidad	Saltos	Lanzamientos	Combinadas	Obstáculos

Identifica las partes de la pista (10 puntos)



1	2	3	4	5

ETAPA 3.- Metodología de la enseñanza (10 puntos)

Describe las fases de la salida

a) En sus marcas. -

b) fuera. -

Describe las fases del salto de longitud

a) carrera de aproximación. -

b) vuelo y caída. -

Describe la fase de disco

a) giro. -

ETAPA 4.- Preparación física (10)

¿Cuáles son las capacidades coordinativas?

a)

b)

c)

d)

e)

Escribe 5 conceptos fundamentales de la teoría del entrenamiento

a)

b)

c)

d)

e)