



**INFORMÁTICA**  
**ACTIVIDAD DE SUPERACIÓN PEDAGÓGICA**

Área: Informática

Profesora: Andreina Trejo Año: 3ero  
Correo: andreatrejoitjo@gmail.com



**Rúbrica de Evaluación para la Presentación Animada Valor=(20%)**

**Propósito:** Consiste en el diseño de **(01) Video de Presentación Animada** para ser diseñado en la **plataforma de Powtoon** de forma grupal en una cuenta habilitada por el equipo del proyecto final, para compartir **UN VIDEO ANIMADO PUBLICITARIO**, en donde de forma educativa, original, un estilo gráfico y animado, promocióne creativamente **su Obra literaria en la Feria Virtual Web que vamos a realizar el Viernes 12 de Junio** con los proyectos finales de Informática.

**¿QUÉ ASPECTOS DEBEMOS PROMOCIONAR EN EL VIDEO ANIMADO?**

El logo del proyecto, el nombre de tu obra literaria, ¿de qué trata la historia?, ¿qué vamos a conseguir en la historia?, ¿a qué tipo de público está dirigida esta historia?, ¿qué personajes vamos a conocer o acompañar en la historia?, ¿por qué nos recomendarías leer tu obra literaria?, Identificar el nombre, apellido y sección de los creadores del sitio web (no olvidar colocar el logo del ITJO), colocar sus cuentas habilitadas en las redes del proyecto y por último invita a tus seguidores al gran evento:

**EVENTO: FERIA VIRTUAL WEB ITJO: "FINALES QUE MERECIERON UNA GRAN HISTORIA"**

**FECHA: A PARTIR DEL 12/06/20 LINK DE ACCESO: SE PUBLICARÁ ESE DÍA EN NUESTRAS CUENTAS OFICIALES DE LA OBRA Y DEL ITJO.**

**NOTA: No coloquen en ningún lado el link de su Sitio Web (ya que los invitados deben ir al enlace general a partir del 12 de Junio)**

**ASPECTOS A CONSIDERAR PARA EL DISEÑO DEL VIDEO ANIMADO**

1. Ir a los enlaces dispuestos en la web del Taller para **ver los tutoriales** disponibles para trabajar con **POWTOON** y ver **algunos ejemplos de videos** realizados por otros estudiantes en años anteriores. <https://tallerdeinformatica3eroitjo.webnode.com.ve/blog/videos-powtoon/>
2. Crear una **cuenta de usuario** en la aplicación para diseñar el recurso: <https://www.powtoon.com/>
3. Seleccionar una plantilla de **diseño gratuita** para evitar inconvenientes en la descarga.
4. Recuerde tener claro los siguientes aspectos de un video animado:
  - **EL MENSAJE A TRANSMITIR:** Llama la atención - Mantiene el interés del lector - Asegura la comprensión de lo que se comunica, pues el mensaje queda claro. A veces provoca alguna reacción específica en el comportamiento del lector. Es creíble, pues la información está fundamentada en datos fidedignos haciéndola correcta.
  - **LA FORMA:** Rectangular con una orientación en horizontal. Las fuentes a utilizar deben tener un tamaño y tipología adecuada para hacer agradable la lectura del recurso una vez que se publique, se puede utilizar estilos diferentes de letras, uno para los títulos y otro para el resto de los párrafos, las definiciones siempre deben ir acompañados de su respectivo texto explicativo, más o menos breve.
  - **METODOLOGÍA DE COLORES:** Usar los colores que faciliten la lectura y visualización de las animaciones a trabajar en el video y que puedan atraer la atención correcta del lector se logre la comprensión del tema.
  - **MATERIAL MULTIMEDIA:** Debe utilizar elementos visuales como: logo del ITJO, fotografías, animaciones, audios, hipervínculos. Su selección dependerá mayoritariamente de su creatividad, por supuesto, siempre debe estar acompañado de su respectivo texto explicativo (breve).
  - **LAS ANIMACIONES Y EL SONIDO:** Debe utilizar animaciones acordes al diseño seleccionado y no recargar la presentación de muchos efectos en una misma lámina, medir bien los tiempos y la velocidad de las animaciones para que la misma no se vuelva tediosa o muy rápida, y con respecto al uso de audio (puede ser un archivo de audio pregrabado o fondo musical) se debe coordinar muy bien el uso de ambos en una animación.
  - **FUENTES UTILIZADAS:** Es imprescindible indicar las fuentes utilizadas al final del recurso, sobre todo teniendo en cuenta su próxima exposición en la red, a efectos de evitar plagios y de inculcar a nuestros visitantes la importancia del respeto y el rigor en el uso de materiales generados por otras personas.
5. Diseñar **un solo video publicitario por proyecto** con una **duración de 2 o 3 minutos** (no exceder).
6. Trabajar los **aspectos descritos** inicialmente (siguiendo una buena secuencia de aparición) ya que así **le damos respuesta** a cada aspecto a promocionar (no hace falta que salgan las preguntas), no exceder en la cantidad de caracteres de texto (recuerda que es un video).
7. **Publicar el recurso** y subirlo a un **canal de Youtube** que deberá abrir **el equipo del proyecto** para luego **compartirlo en las redes sociales del proyecto (etiqueta y menciona en Facebook e instagram la cuenta de la docente Andreina Trejo y del Liceo)** para que de esta forma ella pueda recibir la notificación y suscribirse a su Canal de Youtube, utiliza los **# hashtag utilizados en la TAREA #2 del Post**.  
**Instagram= @andreinatrejo\_itjo @ITJOLiceo / Andreina Trejo Jesus Obrero Liceo = Facebook**
8. Recuerda que este video también lo **debes incrustar en tu sitio web por HTML** como un recurso adicional que hizo el equipo **del proyecto**.

**NOTA:** Si por alguna razón tienen problemas para hacer el video en Powtoon pueden diseñarlo en otra herramienta (para videos) siguiendo las mismas pautas para publicarlo en las redes o si tienes problemas para subirlo a un canal de Youtube envía el link de compartir dado en Powtoon y envíalo al Correo Institucional de la docente identificando los datos de los diseñadores del recurso (es importante que estos datos también aparezcan de forma visible en el video, recuerda).



**(andreatrejoitjo@gmail.com)**



**Área: Informática**  
Profesora: Andreina Trejo Año: 3ero  
Correo: andreatrejoitjo@gmail.com



## Rúbrica de Evaluación para la Presentación Animada

(Datos que deberán ir en el Correo electrónico al enviar la tarea por esta vía y no en redes)

SIGUE EL  
EJEMPLO

Asunto: PUBLICIDAD DE LA OBRA EL PRINCIPIITO

En el contenido del Correo debe escribir correctamente los siguientes datos (no en el asunto)

AUTORES DEL VÍDEO: ANDREINA TREJO – LUIS VALLENILLA – MARTÍN CONTRERAS

URL DEL VÍDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=Jqlc8fAV200>

No colocar 2do nombre – ni 2do apellido  
Recuerde que esto hace más lento el proceso de carga de notas

| NIVEL DE DESEMPEÑO Y MANEJO DE LA APLICACIÓN |                                                                                                                                                                                               | EXCELENTE<br>4PTS | BUENO<br>3PTS | REGULAR<br>2PTS | DEFICIENTE<br>1 PT | NO<br>OBSERVADO<br>0 PT |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------|-----------------|--------------------|-------------------------|
| CRITERIOS DE EVALUACIÓN                      |                                                                                                                                                                                               |                   |               |                 |                    |                         |
| DURACION                                     | SE APEGA AL TIEMPO ESTABLECIDO POR LA DOCENTE.<br><b>Entre mínimo 2 minutos y máximo 3 minutos</b>                                                                                            |                   |               |                 |                    |                         |
| CONTENIDO                                    | ABARCA TODOS LOS ASPECTOS ASIGNADOS PARA PROMOCIONAR LA OBRA Y LA FERIA VIRTUAL.                                                                                                              |                   |               |                 |                    |                         |
| ORIGINALIDAD                                 | ES COMPLETAMENTE AUTENTICO EN SU DISEÑO, ANIMACIONES Y CREATIVIDAD.                                                                                                                           |                   |               |                 |                    |                         |
| AUDIO                                        | <b>LA CALIDAD DEL AUDIO ES:</b><br>- CLARA.<br>- VOLUMEN ADECUADO Y SUFICIENTE.<br>- BUENA PRONUNCIACIÓN Y USO DEL LENGUAJE (EN CASO DE SER GRABADO)<br>- NO EXISTEN INTERRUPCIONES AUDITIVAS |                   |               |                 |                    |                         |
| CALIDAD DE IMAGEN                            | <b>LA IMAGEN ES:</b><br>- CLARA.<br>- BIEN DEFINIDA.<br>- CON SECUENCIAS LOGICAS Y UNA EDICIÓN APROPIADA.                                                                                     |                   |               |                 |                    |                         |
| TOTAL                                        |                                                                                                                                                                                               |                   |               |                 |                    |                         |



**FECHA DE ENTREGA:** DESDE EL DOMINGO 07 al JUEVES 11 de junio de 2020 (hasta las 7:00pm)

Un día antes de la Feria (Ya después no tiene sentido hacer publicidad)

**PONDERACIÓN:** 20% → 4PTS.

**FORMA DE ENTREGA:** EQUIPO DE PROYECTO FINAL.

Estrategias para realizar el acompañamiento docente:

Permanentemente, recuerda contactarme por el correo institucional de la docente, andreatrejoitjo@gmail.com, chatear desde Hangouts (asociado a tu cuenta de Gmail), mi Facebook ANDREINA TREJO directamente, para aclarar dudas sobre el recurso a diseñar.

**¡NO DEJES TODO PARA ÚLTIMA HORA!**



República Bolivariana de Venezuela  
Ministerio del Poder Popular para la Educación  
Instituto Técnico “Jesús Obrero”  
III Momento  
Año Escolar 2019- 2020  
Área de Formación: G.H.C  
Profesor: Adrison Izarza  
3er Año – Secciones: A-B-C-D-E

#### **Evaluación N°4: Actividad de Superación Pedagógica (20%)**

Infografía y reflexión sobre la División Política Territorial del Estado Venezolano.

**Instrucciones:** Es importante que puedan leer con detenimiento y atención las indicaciones para la realización de cada una de las actividades. El cumplimiento de las normas, pautas e instrucciones es de vital importancia, ya que de esta manera el logro de las competencias será más satisfactorio y armonioso.

**CUARTA ACTIVIDAD:** Realiza una Infografía acerca de la ***DIVISIÓN POLÍTICO TERRITORIAL DEL ESTADO VENEZOLANO***, con el fin de consolidar los aspectos más sólidos del territorio venezolano y su vital importancia en la evolución geohistórica en patrimonio de la nación. También realizarán una Reflexión sobre ***la importancia de la división territorial del estado venezolano actual***.

#### **Instrucciones para la elaboración de la Infografía y Reflexión:**

- 1.** La elaboración de la infografía puede realizarse de forma individual o en parejas preferiblemente, así será más práctico la organización y corrección del mismo.

- 2.** Se puede utilizar cualquier tipo de plataforma tecnológica para la realización de la Infografía.
- 3.** En caso de fallas en el servicio eléctrico Nacional y la interrupción del servicio de internet, usted puede trabajar perfectamente con los materiales con los que cuenta en su domicilio, y posteriormente tomar una fotografía y enviar el archivo vía correo electrónico en el momento indicado.
- 4.** Con la lectura e interpretación que realice de la guía propuesta por el docente, tendrá todas las herramientas necesarias para realizar la infografía sin mayores problemas.
- 5.** Para la elaboración de la reflexión considere pertinente el dominio del tema, el vocabulario y tome en cuenta lo siguiente: Una lectura pausada, un análisis profundo de los puntos importantes de la guía.
- 6.** El envío de las actividades para este III momento, será bajo el mismo mecanismo como se realizó con las dos primeras actividades entregadas en este III momento, enviarán las actividades por correo electrónico a los delegados escogidos por el profesor, que sirven de enlace y organización de envíos de actividades vía correo electrónico, no puede haber ningún estudiante enviando de manera arbitraria información de forma individual o en parejas directamente al profesor, deben usar el mecanismo de enlace, usando este mecanismo nos organizamos mejor.

## RUBRICA PARA EVALUAR LA INFOGRAFÍA

Nombre (es) del Estudiante(es) \_\_\_\_\_ Año \_\_\_\_\_ Sección \_\_\_\_\_

| N° | Aspectos a evaluar                             | Niveles de desempeño                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                    |
|----|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                | Poca evidencia<br>(1 pts)                                                                                                                                    | Alguna evidencia<br>(2 pts)                                                                                                                                                                   | Evidencia adecuada<br>(3 pts)                                                                                                                      | Evidencia clara y detallada<br>(4 pts)                                                                                                                             |
| 1  | Redacción y ortografía                         | Más de 5 errores de ortografía, Puntuación o gramaticales.                                                                                                   | 5 errores de ortografía, puntuación o gramaticales.                                                                                                                                           | 1-3 faltas de ortografía, errores de puntuación, o gramaticales.                                                                                   | No hay faltas de ortografía ni errores de puntuación o gramaticales                                                                                                |
| 2  | Exposición de Ideas centrales                  | No destaca ideas y hechos principales. No evidencia la capacidad de síntesis. Empleo del corta y pega. No se asocia adecuadamente el texto con las imágenes. | La infografía muestra algunas ideas principales. Muestra cierta capacidad de síntesis de la información encontrada. No se asocia adecuadamente el texto con las imágenes                      | La infografía muestra 8 ideas centrales. Muestra gran capacidad de síntesis de la información encontrada. Texto e imágenes claramente relacionados | La infografía muestra más de 10 ideas centrales. Muestra gran capacidad de síntesis de la información encontrada. Texto e imágenes claramente relacionados.        |
| 3  | Organización de la Información                 | Establece hechos generales de la vida del personaje y no establece relación con sus inventos/descubrimientos. Incorrecta distribución de los espacios        | Establece sucesos relevantes del tema de Venezuela pero son empleados de forma desordenada.                                                                                                   | Establece de manera organizada algunos hechos o información. Aprovecha adecuadamente los espacios, apreciándose cierta estructura.                 | Establece de manera organizada y creativa los hechos o información. Aprovecha adecuadamente los espacios, sugiriendo la estructura.                                |
| 4  | Presentación Visual, uso de imágenes y colores | . No se utiliza imágenes ni colores para representar y asociar los ideas o hechos . Mal uso de los colores.                                                  | Emplea recursos visuales que dificultan la lectura. No se hace buen uso de colores y el número de imágenes es reducido. Imágenes escasamente permiten apreciar/asociar las ideas principales. | Uso de imágenes como estímulo visual para representar ideas o hechos principales. El tamaño de la letra no es adecuado.                            | Utiliza imágenes para representar las ideas o hechos principales. El uso de colores contribuye a asociar y enfatizar los ideas. El tamaño de la letra es adecuado. |
| 5  | Referencias                                    | . Emplea 2 o menos referencias.                                                                                                                              | Emplea 3 referencias                                                                                                                                                                          | Emplea entre 4-5 referencias                                                                                                                       | Usa más de 5 referencias                                                                                                                                           |
|    | Puntaje Obtenido                               | X                                                                                                                                                            | X                                                                                                                                                                                             | X                                                                                                                                                  | X                                                                                                                                                                  |

### ENTREGA DE LA CUARTA ACTIVIDAD

| Fecha de entrega           | Actividad                                                                                   | Ponderación |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 8 de junio secciones A Y B | Elaboración de la Infografía.                                                               | 15%= 3pts   |
| 9 de junio secciones C Y D |                                                                                             |             |
| 10 de junio sección E      | Reflexión sobre:<br>La importancia de la división territorial del estado venezolano actual. | 5%= 1pts    |

**Nota:** Es importante recordar, que todo el material destinado para esta actividad, es un complemento y herramienta que sirve como guía de información, adicional se adjuntará un material (pdf) de ayuda, no es necesario buscar más información fuera de la guía de estudios, pero si usted considera pertinente consultar otras fuentes de la información, está en todo su derecho como estudiante realizarlo. Ha sido elaborada la guía con la pertinencia de ver la coyuntura actual de nuestro país y las limitaciones y problemas que tienen algunos compañeros en la utilización de las tecnologías y su buen funcionamiento así como el servicio energético y de internet. Toda la información de la guía se complementa con su máxima herramienta de trabajo, su cuaderno de G.H.C.

**Correos Importantes para la comunicación con el docente:**

[adriyinlishan@gmail.com](mailto:adriyinlishan@gmail.com) o [docenteaizarza@hotmail.com](mailto:docenteaizarza@hotmail.com)

Horario para aclarar dudas:

MARTES Y MIÉRCOLES SECCIONES A Y B 10:00 AM A 11:50 AM

LUNES Y JUEVES SECCIONES C 10:00 AM A 11:50 AM

MARTES Y VIERNES SECCIÓN E 10:00 AM A 11:50 AM

Si hay casos especiales por asesorías, todos los días de 4:00 pm a 5:00 pm

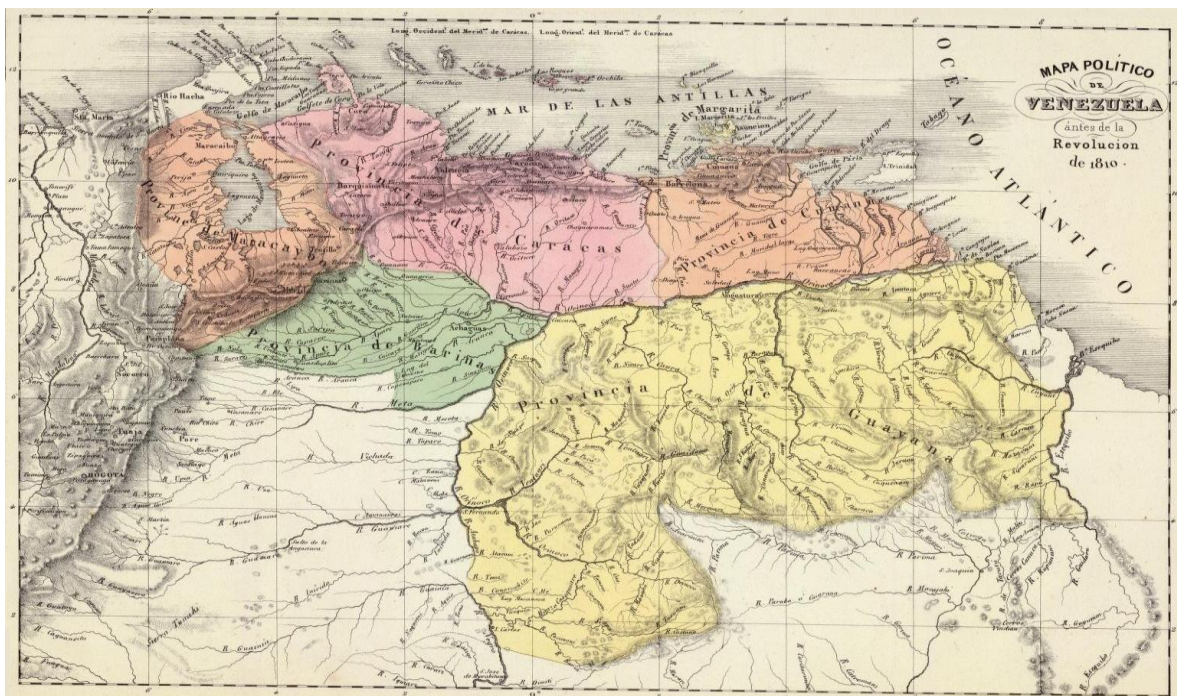
# **DIVISIÓN POLÍTICO TERRITORIAL DEL ESTADO VENEZOLANO.**

## **LA CAPITANÍA GENERAL DE VENEZUELA**

La Provincia de Venezuela o Caracas, dependió siempre de la Real Audiencia de Santo Domingo, en la isla La Española, hasta 1718, cuando el nuevo régimen Borbón en España, por Real Cédula la hace depender en adelante del recién creado Virreinato de Nueva Granada.

Se independiza de nuevo de este Virreinato de la Nueva Granada en el año 1742 Treinta años después se le anexan los territorios de las provincias de Maracaibo, Guayana, Cumaná, dependientes del Virreinato de la Nueva Granada, la provincia de Trinidad, dependiente de Santo Domingo y Margarita, dependiente de la Corona Española, para formar la Capitanía General de Venezuela, con capital en la ciudad de Santiago de León de Caracas, por Real Cédula emitida por el Rey Carlos III de España, el 8 de septiembre de 1777.

La Capitanía General era una forma de administración utilizada en las posesiones coloniales españolas, para ejercer el dominio sobre zonas que tenían una importancia militar o estratégica más no económica y comercial.



La Capitanía General era una forma de administración utilizada en las posesiones coloniales españolas, para ejercer el dominio sobre zonas que tenían una importancia militar o estratégica más no económica y comercial.

Además, se caracterizaba por ser zonas de importancia estratégica ya fuera en la lucha contra las potencias extranjeras, la piratería, así como en la lucha contra las tribus indígenas de difícil sometimiento. El gobernante en una Capitanía era un presidente que tenía el control militar y ejecutivo de la región con el apoyo o consejo de una Real Audiencia.

### ***DIVISIÓN POLÍTICA ACTUAL DE VENEZUELA***

Venezuela es una República federal dividida en 23 Estados, el Distrito Capital (que comprende parte de la ciudad de Caracas) las Dependencias Federales (islas, en su mayoría deshabitadas) y los Territorios Federales, el Estado venezolano reclama el territorio denominado Guayana Esequiba o Zona en Reclamación.

Los Estados federales, son iguales en lo político y poseen las mismas competencias, cada uno tiene un Gobernador (jefe del ejecutivo regional), un Gabinete de Secretarios, un Secretario de Gobierno, un Procurador, un Consejo Legislativo (Parlamento regional que aprueba leyes estatales), un Contralor, Policía, Bandera, Escudo, Himno y una Constitución propia (excepto el Distrito Capital, Dependencias Federales y los Territorios Federales), ya que estos tienen rango federal.

Los estados se dividen en Municipios, cada estado determina en cuantos municipios se organiza, cada municipio tiene un Alcalde, un Gabinete de Directores, un Contralor, un Procurador, Policía y un Concejo Municipal que emite ordenanzas, mediante Ley Estatal los municipios se pueden asociar en distritos metropolitanos.

En 1969 se promulgó un decreto sobre regionalización por medio del cual se institucionaliza el proceso de desarrollo regional, para lo cual fue indispensable delimitar las regiones administrativas y crear los órganos de planificación, promoción y desarrollo regional.

Las regiones Administrativas originalmente creadas fueron sucesivamente modificadas por su extensión, hasta llegar a la situación actual en que tenemos las siguientes regiones:

- Región Capital: integrada por el Miranda, Vargas y el Distrito Capital.
- Región Central: integrada por los estados Aragua, Carabobo, Cojedes.
- Región Centro-Occidental: integrada por los estados Falcón, Lara, Portuguesa y Yaracuy.
- Región de los Andes: integrada por los estados Barinas, Mérida, Táchira y Trujillo.
- Región de los Llanos: integrada por los estados Guárico, Apure, con excepción del Municipio Páez.
- Región Guayana: integrada por los estados Bolívar, Amazonas y Delta Amacuro.
- Región Insular: integrada por el estado Nueva Esparta y las Dependencias Federales Venezolanas.
- Región Nor-Oriental: integrada por los estados Anzoátegui, Monagas, Sucre.
- Región Sur Occidental: integrada por el estado Táchira, y el Municipio Páez del estado Apure.
- Región Zuliana: integrada por el estado Zulia.

Las Regiones político-administrativas no forman parte de la división política formal ni forman parte de la estructura administrativa de estados y municipios, pero fueron creadas para estimular desde el gobierno central la planificación, promoción y desarrollo regional, sin afectar la división política de los estados y municipios ni su autonomía y competencias.

## MAPA POLÍTICO DE VENEZUELA





## Evaluación N°4

### Actividad de Superación Pedagógica (20%)

**Tema:** Leyes de Newton y Dinámica del Movimiento.

#### INSTRUCTIVO PARA LA REALIZACIÓN DE LA PRESENTACIÓN EN POWER POINT.

Este material permitirá que el estudiante cuente con una guía para la elaboración de la presentación en PowerPoint, evitando así que coloquen información innecesaria.

Este material contiene:

- Los temas a trabajar al momento de elaborar la presentación.
- Las instrucciones del docente para la elaboración y entrega de la presentación.
- Información referente a los criterios de evaluación.

Aspectos teóricos a considerar:

1. Concepto e importancia de la dinámica.
2. Concepto de fuerza, tipos de fuerza y como se determinan las unidades de medida de la misma.
3. Equilibrio de las fuerzas.
4. Masa e Inercia.
5. Primera Ley de Newton.
6. Segunda Ley de Newton.
7. Tercera Ley de Newton.
8. Relación entre peso y masa así como sus diferencias.
9. Pasos para la resolución de problemas relacionados con las leyes de Newton.
10. Diagramas de cuerpo libre o diagrama de fuerzas.

Tome en cuenta que la introducción, conclusión y bibliografía forman parte del contenido a evaluar por lo que no pueden ser dejados de lado al momento de elaborar la presentación.

***Nota importante: si necesitas ayuda, puedes consultar con el docente, pero esto debe ser con tiempo para atender tus dudas lo mejor posible.***



- **Instrucciones del docente para la elaboración y entrega de la presentación:**

1. El trabajo debe estar debidamente identificado. Datos como nombres de los integrantes, números de lista, año y sección son necesarios, así como también su respectivo encabezado. Para ello, se usará la primera lámina de la presentación, la cual es empleada como portada de la misma.
2. El trabajo debe desarrollar de forma concreta y coherente cada uno de los aspectos teóricos a trabajar, y estos deben ser presentados en el orden antes expuesto.
3. El trabajo debe poseer como mínimo 20 láminas, incluidas entre ellas: la portada, la introducción, el desarrollo, la conclusión y la bibliografía. En caso de hacer uso de alguna lámina de la presentación únicamente como título para los temas conclusión u otro punto esta no será contada, así como las que contengan exclusivamente imágenes o sean usadas como separadores entre un punto y otro.
4. Las fuentes a nivel de escritura pueden ser, únicamente Times New Roman, Calibri o Arial. El tamaño de la misma debe ser de 24 para el cuerpo y 34 para los títulos, siendo estos últimos el único caso donde se pueden emplear una fuente distinta de las tres antes mencionadas.
5. La actividad debe ser enviada vía correo electrónico a la siguiente dirección [Huise3000@gmail.com](mailto:Huise3000@gmail.com). Es importante destacar que el archivo debe ser guardado con el primer nombre y el primer apellido de cada integrante, así este llevará por nombre de archivo, los nombres de los miembros del equipo o pareja. Esta actividad se puede entregar en pareja o individualmente pero no en grupos de mayor número. Las actividades que incumplan con esta normativa serán penalizadas con puntos menos en el total de la nota en esta evaluación.
6. *En caso de ser realizado en pareja, el archivo debe ser enviado tanto al correo antes expuesto como a los correos de cada integrante. Esto con el fin de facilitar la entrega de notas.*
7. El asunto con el que debe ser enviado es: Movimiento Vertical. Asegúrate de hacerlo así para facilitar su búsqueda.
8. La fecha de entrega es: desde 01 al 02 de Junio y tendrán hasta las 3:30 pm del día martes 02 de Junio del 2020 para concretar la entrega.

Es importante mencionar que los puntos tres (3) y cuatro (4) forman parte del formato de la presentación, por lo que incumplir en ellos puede llevar a la pérdida de hasta 4 puntos de la evaluación, según como se muestra en el siguiente instrumento de evaluación en el aspecto a evaluar referente a la distribución de la información.



- Información referente a los criterios de evaluación:

## RÚBRICA PARA EVALUAR LAS LEYES DE NEWTON

**VALOR 20% = 4 PUNTOS**

| Aspectos a evaluar                        | NIVELES DE DESEMPEÑO                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                           | Excelente                                                                                                                                                          | Bueno                                                                                                                                                                                                    | Regular                                                                                                                                                     | Puede mejorar                                                                                                                                       | No observado                                                                                                                                                                                                 |
| Contenido<br>(10 pts)                     | La información es correcta. Se trabajan los puntos solicitados con anterioridad. Se trabajó satisfactoriamente los diez puntos solicitados. (10pts)                | La información es correcta pero no se trabajan todos los puntos solicitados con anterioridad. Se dejaron de lado uno o dos de los puntos solicitados y se trabajó satisfactoriamente los otros. (7.5pts) | La información muy poco trabajada y no se presenta todos los puntos solicitados. Se dejaron de lado tres o cuatro de los diez puntos solicitados. (5pts)    | La información es inconsistente o no esta expresada adecuadamente, varios de los puntos solicitados no son explicados y la fuente es dudosa. (2pto) | Menos del 60% de la información en la presentación en power point es correcta o no se trabajaron los puntos solicitados. Sólo dos o tres de los diez puntos solicitados son trabajados correctamente. (1pts) |
| Uso de ejemplos<br>(2 pts)                | Se hace uso de al menos tres ejemplos y estos se explican de forma clara y sencilla. (2pts)                                                                        | Se hace uso de al menos tres ejemplos, pero en ellos no se desarrolla ningún proceso de resolución de problema. (1.5pts)                                                                                 | Sólo hace menciones a modo de ejemplos pero no emplea ejercicios adecuadamente. (1pts)                                                                      | La resolución de los ejercicios es incorrecta. (0.5pts)                                                                                             | No se observa el uso de ejemplos. (0.25pts)                                                                                                                                                                  |
| Distribución de la Información<br>(4 pts) | La información se encuentra bien organizada, manteniendo una coherencia y propiciando una lectura cómoda y fluida, alternando imágenes y contenido escrito. (4pts) | La información se encuentra bien organizada, pero sólo presenta texto. (3pts)                                                                                                                            | La información no está distribuida adecuadamente, generando confusión al momento de leerla. (2pts)                                                          | No mantiene el formato en la presentación y la información está organizada de forma aleatoria en el mismo. (1pto)                                   | No se evidencia el formato indicado para la presentación. (0.5pts)                                                                                                                                           |
| Uso de imágenes y del espacio<br>(2 pts)  | El uso de imágenes está de acuerdo con lo trabajado ayudando a un mejor entendimiento del contenido en cuestión. (2pts)                                            | Las imagines tienen relación con el contenido y ayuda a un mejor entendimiento de lo trabajado pero su ubicación y el espacio empleado para ella no es adecuado. (1.5pts)                                | La imagen tiene relación con el contenido pero no aporta información extra ni ayuda a un mejor entendimiento de lo trabajado. (1pts)                        | La imagen no aporta nada en el contenido. (0.5pts)                                                                                                  | No hay presencia de imágenes referentes al tema trabajado. (0.25pts)                                                                                                                                         |
| Presentación del material.<br>(2 pts)     | El material es presentado según las instrucciones dadas, se puede ver la identificación de los integrantes así como el formato adecuado de trabajo. (2pts)         | El material es presentado según las instrucciones dadas pero carece de algún tipo de información de identificación. (1.5pts)                                                                             | El material es presentado según las instrucciones dadas pero no siempre mantiene el formato y carece de algún tipo de información de identificación. (1pto) | El formato de identificación no es el indicado. (0.5pts)                                                                                            | No se presencia identificación de ningún tipo en el documento. (0.25pts)                                                                                                                                     |

Instituto Técnico "Jesús obrero"  
Los Flores de Catia.  
Tercer Año.  
III Momento  
Año escolar 2019 - 2020  
Áreas de Formación: **Biología y Química.**  
Docentes: Yulimar Rodríguez y Shirles Villarroel.



### **Evaluación N°4:** Actividad de Superación Pedagógica (20%) **Creación de Historieta**

Actividad de integración entre la Biología y la Química:

#### **Instrucciones:**

- La evaluación se puede ejecutar en pareja o individual.
- Para la ejecución de la evaluación, tomar en cuenta lo siguiente:
  - a) Debes considerar la información suministrada por las docentes: Los seres vivos y su composición química.
  - b) Complementa la información visualizado los siguientes videos:  
<https://www.biologiavisual.com/que-ciencias-se-relacionan-con-la-biologia/>  
[https://www.youtube.com/watch?v=jph\\_qqFXsrs](https://www.youtube.com/watch?v=jph_qqFXsrs)
  - c) Después de tomar en cuenta los pasos a y b, analiza lo siguiente:  
Importancia de la interacción o relación de los componentes químicos (bioelementos y biomoléculas) con la existencia y permanencia de la vida en el planeta.
  - d) Debes considerar el análisis realizado para relatar la historieta, es decir **la narración de la historieta estará vinculado con el análisis.**
- Si presentas dudas e inquietudes para realizar la evaluación, pueden ser aclaradas vía correo electrónico, a partir del 08/06 hasta el 10/06, de 10:00 a.m a 1:30 p.m.
- Si la actividad es igual a la de otros estudiantes, no tendrá calificación. No se admitirán trabajos que hayan sido copiados de otras historietas.
- Identifica la evaluación con: Nombre, Apellido, número de lista y sección.
- Fecha de entrega y hora: Jueves 11 /06/20 desde las 8:00 a.m hasta las 3:00 p.m.
- Se entregará la evaluación de la siguiente manera:
  - Secciones: A, B y C, deben enviar la evaluación a la Profesora Shirles, al correo: shibekevill@gmail.com (La calificación obtenida, se tomará en cuenta para ambas áreas de formación: Biología y Química).
  - Secciones: D y E, enviarán la evaluación a la Profesora Yulimar, al correo: yulimar\_j@hotmail.com.

- Toma en cuenta las siguientes recomendaciones para la elaboración de la historieta:
  - 1.- **Escribe un borrador de tu historia o comic (Guión):** Antes de comenzar a dibujar, escribe un borrador de la historia que quieres contar, incluyendo el tipo o género de historieta que quieres escribir, el tiempo y época o espacio en la cual ocurre, los personajes, cómo será el ambiente.  
En el relato o narración de la historia, se debe evidenciar inicio, desarrollo y cierre.
  - 2.- **Diseña los personajes:** Es muy importante conocer, cómo te gustaría que se vieran los personajes de tu historia. El diseño de los personajes, deben estar vinculados con las acciones que ejecutan en el transcurso de la historieta o comic.
  - 3.- **Diseño del ambiente:** El ambiente o contorno donde se desarrollará la historia puede ser muy importante, ya que el mismo puede influenciar, en como deberás dibujar tus personajes u objetos para así dar sentido a la trama, trata de ser siempre lo más fiel al relato o historia que desees contar. Por ejemplo, si la historia trata sobre la vida en el campo o en la montaña, no se deberían dibujar los personajes en el mar.
  - 4.- Una historieta comprende y articula los siguientes elementos:
    - **Viñetas:** son los recuadros en los que tiene lugar la acción y la ilustración de la historia, sirven para separar cada escena. Todas las viñetas pueden tener el mismo tamaño o puedes establecer un tamaño diferente para aquello que quieras que sobresalga.
    - **Ilustración:** son las imágenes o dibujos que deben estar representados dentro de las viñetas o recuadros.
    - **Globos de texto o bocadilla:** sirven para englobar los diálogos de los personajes y dejar en claro quién dice qué. Por ejemplo:



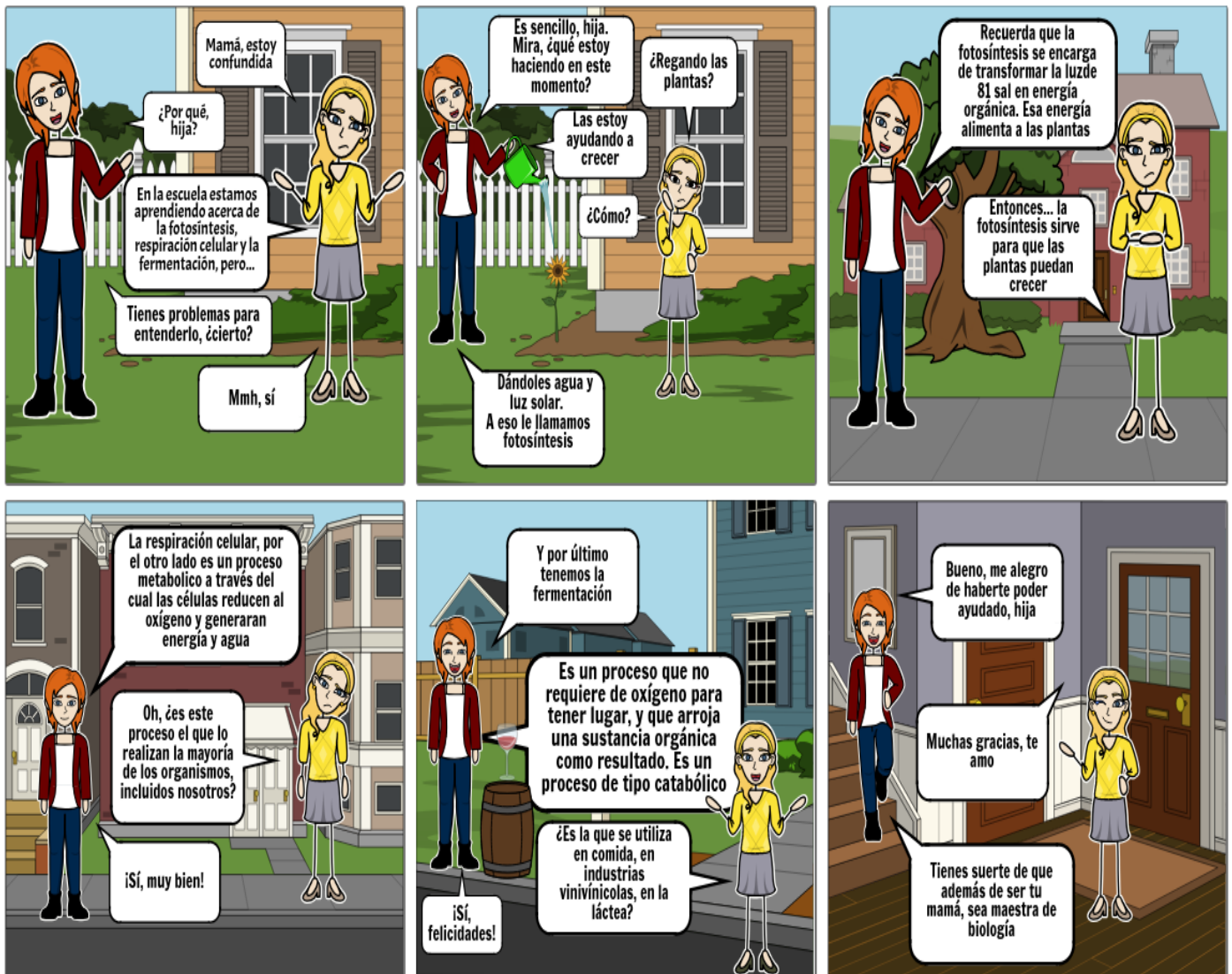
- **Onomatopeyas:** ayudan a definir bien una situación o acción de los personajes. Por ejemplo: crash, bang, boom, entre otros.
- **Líneas cinéticas:** simulan los movimientos de la imagen o dibujo.

5.- La Historieta debe presentar un mínimo de 4 viñetas o recuadros y un máximo de 8. El número de los personajes, puede variar: 2, 3 ó 4.

6.- Para la elaboración de la historieta puedes utilizar las siguientes herramientas o programas: Word, Power point, Canva, entre otros. Si no cuentas con estas herramientas puedes realizarla a mano.

En internet hay programas para realizar historietas que presentan personajes y escenarios predeterminados, si deseas utilizarlos debes tomar en cuenta las instrucciones para elaborarlo.

Ejemplo de los elementos que deben estar presentes en la historieta:

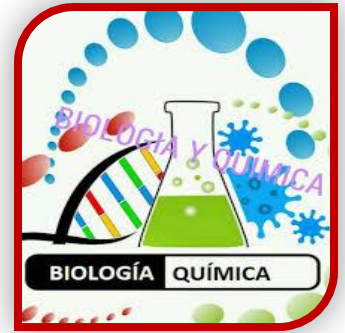


Create your own at Storyboard That

Los aspectos a evaluar en la Historieta son los siguientes:

| Criterios                          | Indicadores                                                                                                                                                                        | Puntaje asignado |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1.- Organización de la información | 1.1.- Organiza la información como una secuencia de hechos que ocurren, tomando en cuenta el contenido del tema.                                                                   | 2                |
| 2.- Coherencia y pertinencia:      | 2.1.- Coherencia en la secuencia de los diálogos.                                                                                                                                  | 2                |
|                                    | 2.2.- Coherencia entre las imágenes y los diálogos.                                                                                                                                | 2                |
|                                    | 2.4.- Se enfoca en el contenido del tema propuesto de forma comprensible y pertinente.                                                                                             | 4                |
| 3.- Estructura                     | 3.1.- Presenta inicio, desarrollo y cierre.                                                                                                                                        | 2                |
|                                    | 3.2.- Contiene de 4 a 8 viñetas, globos de textos, ilustraciones o imágenes, personajes (mínimo 2, máximo 4) y armonía en el color.                                                | 2                |
| 4.- Aspectos generales.            | 4.1.- Respeta los aspectos formales de la escritura: ortografía, signos de puntuación, exclamación e interrogación; redacción, uso de mayúsculas y minúsculas, tamaño de la letra. | 2                |
|                                    | 4.2.- Posee los datos de identificación del estudiante: nombre, apellido, número de lista, año y sección.                                                                          | 1                |
|                                    | 4.3.- Se evidencia originalidad en la elaboración de la Historieta.                                                                                                                | 2                |
| 5.- Responsabilidad                | 5.1.- Sigue las instrucciones para la realización de la actividad.                                                                                                                 | 1                |
| <b>Total</b>                       |                                                                                                                                                                                    | <b>20</b>        |

Instituto Técnico "Jesús obrero"  
Los Flores de Catia.  
Tercer Año.  
III Momento  
Año escolar 2019 - 2020  
Áreas de Formación: Biología y Química.  
Docentes: Yulimar Rodríguez y Shirles Villarroel.



### **Evaluación N°4:** Actividad de Superación Pedagógica (20%) **Creación de Historieta o Comic.**

#### **Tema:** Los Seres Vivos y su Composición Química.

Todo lo que existe en nuestro universo está formado por materia, la cual constituye a los cuerpos inertes y a los seres vivos (materia viva). La materia viva desde una bacteria hasta el organismo más complejo, poseen una estructura organizada, conformada por elementos químicos, llamados bioelementos. Entre los principales bioelementos que forman a los seres vivos destacan cuatro, éstos son: carbono (C), hidrógeno (H), oxígeno (O) y nitrógeno (N). Estos cuatro elementos forman 97.4% del organismo de los seres vivos (carbono 9.5%, hidrógeno 63%, oxígeno 23.5% y nitrógeno 1.4%). El porcentaje restante (2.6%) lo integran los demás elementos de la tabla periódica.

Estos bioelementos, una vez que se encuentran en la materia viva, pueden agruparse y formar estructuras más complejas llamadas biomoléculas, las cuales se clasifican en inorgánicas y orgánicas. Las inorgánicas son las que no están formadas por cadenas de carbono, como son el agua, las sales minerales y los gases. Las moléculas orgánicas están formadas por cadenas de carbono (unidas a hidrógenos) y se denominan Glúcidos o carbohidratos, Lípidos o grasas, Proteínas y Ácidos nucleicos (ADN y ARN).

#### **Biomoléculas Inorgánicas:**

**El Agua:** es la molécula inorgánica más abundante en todos los seres vivos. Esto revela su gran importancia para la vida. Los seres vivos se componen entre un 60% y 90% de agua. La



composición de agua en un mismo organismo puede variar, dependiendo del tipo de célula estudiada. Por ejemplo, una célula en un hueso posee, en promedio, un 20% de agua, mientras que una célula del cerebro puede alcanzar fácilmente el 85%.

El agua es el medio de transporte de sustancias, mantiene la temperatura y las condiciones internas de los seres vivos constante, es el medio físico en el que se produce reacciones químicas metabólicas. Por ejemplo, la fotosíntesis inicia con la ruptura de los componentes del agua por la acción de la energía luminosa.

**Las Sales Minerales:** En los organismos se encuentran, por ejemplo en las conchas de los moluscos, huesos, esqueletos y disueltos en la sangre. Al estar disueltos dan origen a iones, como sodio ( $\text{Na}^+$ ), potasio ( $\text{K}^+$ ), calcio ( $\text{Ca}^{2+}$ ), entre otros. Sus funciones son, mantienen la salinidad del organismo, regulan la acidez corporal e intervienen en distintas funciones celulares.



**Los gases:** Están relacionados con procesos metabólicos como la respiración, principalmente en todos los organismos aeróbicos y la fotosíntesis, función esencial para que los organismos autótrofos, como las plantas puedan fabricar su propio alimento, a través del proceso de fotosíntesis. Algunas biomoléculas gaseosas son: oxígeno y dióxido de carbono.

### **Biomoléculas orgánicas:**

**Los glúcidos o carbohidratos:** Están formados por Carbono, Hidrógeno y Oxígeno. Son uno de los principales nutrientes que contienen los alimentos de origen vegetal, además es la principal fuente de energía del cuerpo. Existen dos tipos principales de carbohidratos: los azúcares (como los que están en la leche, las frutas, el azúcar de mesa y los caramelos) y los almidones, que se encuentran en los cereales, los panes, las galletas y las pastas.



El cuerpo descompone los carbohidratos y los transforma en glucosa, que es necesaria para las células del cuerpo. La glucosa se absorbe en el torrente sanguíneo y esto hace que el nivel de azúcar en la sangre se eleve. A medida que el nivel de azúcar aumenta en el cuerpo, el páncreas libera una sustancia química u hormona denominada insulina. La insulina es necesaria para llevar la glucosa de la sangre a las células, donde se la utiliza como una fuente de energía.

**Las proteínas:** son nutrientes compuestos por aminoácidos, que intervienen en múltiples funciones del organismo y son indispensables para la formación de tejidos. Estas se dividen de alimentos de origen animal y vegetal. Las primeras son conocidas como proteínas de alto valor biológico o de mayor calidad, ya que contienen todos los aminoácidos que el organismo no puede producir, pero que son esenciales para que éste funcione adecuadamente. La proteína de origen vegetal no contiene todos los aminoácidos esenciales, pero también son necesarias para una alimentación saludable.



Las principales funciones de las proteínas en el organismo son:

- ✚ Construyen y regeneran los tejidos del cuerpo como el músculo, cartílagos, tendones, entre otros, no pudiendo ser reemplazadas por los carbohidratos o las grasas.
- ✚ Son defensivas, hacen parte en la formación de anticuerpos que actúan contra infecciones o agentes extraños y participan en la función del sistema inmunológico.
- ✚ Existen proteínas de transporte para los minerales, vitaminas liposolubles y oxígeno en la sangre, entre otros.
- ✚ Intervienen en el movimiento muscular.
- ✚ Forman enzimas, jugos digestivos y hormonas necesarias para la adecuada maduración y desarrollo del organismo.

El pollo, el pescado, los huevos y la leche son ejemplos de proteínas animales. En los vegetales están especialmente en los granos, como lentejas, frijoles o garbanzo. Estos alimentos ricos en proteínas son esenciales para un adecuado crecimiento.



**Los Lípidos o grasas:** Los lípidos son de crucial importancia para el almacenamiento de energía en el organismo, actúan como aislantes térmicos y mecánicos, participa en el desarrollo de la membrana celular. Si los niveles de los lípidos llegan a ser demasiado altos, pueden acumularse en las paredes de las arterias hasta formar una placa que puede obstruir el paso de la sangre. Los dos tipos principales de lípidos en la sangre son el colesterol y los triglicéridos.

**Los ácidos nucleicos (ADN y ARN):** son biomoléculas formadas por la unión de unidades denominadas nucleótidos, desempeñan, tal vez, la función más importante para la vida: contener, de manera codificada, las instrucciones necesarias para el desarrollo y funcionamiento de la célula y a demás juegan un papel importante en el almacenamiento y transmisión de la información genética.



Las biomoléculas inorgánicas y orgánicas son la materia prima con que se encuentran contruidos los seres vivos; siendo la base esencial y fundamental de la vida y de la salud, presentan una armónica y común afinidad entre las distintas especies vivas, los alimentos naturales y el cuerpo humano. Son indispensables para el nacimiento, desarrollo y funcionamiento de cada una de las células que forman los tejidos, órganos y aparatos del cuerpo. Su carencia, deficiencia, insuficiencia o desequilibrio, provoca el deterioro de la salud y el surgimiento de enfermedades.

Los seres vivos son una combinación de compuestos inorgánicos y orgánicos integrados y ordenados, de tal manera que forman la materia necesaria para que se realicen con precisión los distintos procesos funcionales que son esenciales para la vida.

Los procesos biológicos de los organismos vivos dependen de las interacciones entre los bioelementos y biomoléculas, compuestos químicos que constituyen los tejidos vivos y el entorno en el que se desarrolla la vida, es decir cada actividad que sustenta la vida en el planeta, tiene lugar sólo debido a las propiedades químicas de los bioelementos y biomoléculas.



INSTITUTO TÉCNICO “JESÚS OBRERO”  
Los Flores de Catia.  
III Momento  
Año escolar 2019 - 2020  
Área de Formación: Electricidad  
Secciones: A, B, D y E  
Docente: Gustavo Avilán  
Correo Electrónico: [aage49@yahoo.es](mailto:aage49@yahoo.es)

**Electricidad**  
**Profesor: Gustavo Avilán.**

## **Evaluación N°4**

### **Actividad de Superación Pedagógica**

**Fecha de Entrega:** entre el 08/06/2020 y el 12/06/2020. Grupos de 3 personas.  
Ponderación 20% = 4 pts. (Cuestionario 15% y Ejercicio Resuelto 5%)

### **PARTE I. Cuestionario de Investigación.**

**Instrucción:** Lee con atención la parte introductoria presentada por el docente y luego amplía dicha información, realizando la consulta bibliográfica respectiva por internet o algún texto disponible.

### **Los Transformadores.**

Este tipo de máquina estática funciona por el principio de inducción mutua (dos bobinas) en principio, pero pueden ser más de dos bobinas conectadas. Ellas están montadas en un núcleo de aleación de hierro forrado y protegido. Los transformadores de tensión o corriente siempre están acoplados, formando el primario y el secundario, que se pueden identificar con siglas o letras para la parte de alta tensión o de baja tensión, ejemplo: con la letra **x** para la alta y **h** para la baja tensión; puede ser al contrario, la relación de transformación  $\alpha$  es un parámetro que se maneja en estos dispositivos eléctricos.

Existen transformadores de diferentes tamaños, tensiones, corrientes, bobinados, entre otros. Sus análisis de comportamiento se realizan en los laboratorios igual que los motores, al vacío (sin cargas) o con cargas, y se estudia sus respuestas al ser alimentados. El estudio de impedancias, ( $z$ ) número de vueltas de las bobinas, corrientes que circulan ( $I_2/i_1$ ) así como las tensiones y muchas otras cosas se estudian a partir de la relación de transformación. Se realizan pruebas a circuito abierto, corto – circuito y con cargas. Obteniendo respuestas muy interesantes en la parte eléctrica.

Responde los siguientes planteamientos:

- 1)** Defina con sus propias palabras qué es un transformador, mencione todas sus partes e indique de qué material se construyen. (Valor: 3 pts)
- 2)** Qué diferencia existe, cuando se fabrican los transformadores con diferentes tipos de alambres en sus bobinas. (Valor: 3 pts)
- 3)** La relación de transformación  $\alpha$  ( $\alpha$ ): (Valor: 5 pts)  
 $\alpha = V_1/V_2 = N_1/N_2 = I_2/i_1$  ¿Qué nos indica en un transformador? ( cómo interpretas esta fórmula ).
- 4)** Los transformadores cuando se alimentan por una de sus bobinas y en la otra bobina no tiene nada conectado, cómo se comportan. (Valor: 4 pts)

- 5) Si alimento un transformador por el lado de alta tensión con un voltaje cualquiera y conecto por el otro lado un motor o un bombillo, qué fenómenos se producen. (Valor: 5 pts)

**Observación:** Este cuestionario tiene una ponderación de 15 % y para evaluarlo se tomará en cuenta la siguiente escala de estimación:

| Leyenda | Significado   | Valores           |
|---------|---------------|-------------------|
| MB      | Muy Bien      | 18 – 19 – 20      |
| B       | Bien          | 15 – 16 – 17      |
| R       | Regular       | 11 – 12 – 13 – 14 |
| NM      | No Mencionado | 09 pts o menos    |

Aspectos a evaluar:

- a) Se relacionan todos los aspectos teóricos prácticos que conforman a un transformador
- b) Se hace mención sobre lo que significan cada parámetro con el subíndice en la fórmula de relación de transformación.
- c) Se interpreta lo que significa en un transformador la parte de alta tensión y baja tensión
- d) Se hace mención sobre: la importancia que tienen las bobinas de mayor o menor vuelta o su diámetro en el diseño o fabricación de un transformador.

## **PARTE II. Actividad Práctica. Ponderación 5 % = 1 pto**

Ejercicios de aplicación sobre Transformadores.

Ejercicio: Se tiene un transformador de 2300/ 115, 60Hz, Y una potencia de 4 Kw.

Calcule;

- a) La relación de transformación para el lado de alta
- b) La relación de transformación para el lado de baja
- c) Corriente del lado de alta
- d) Corriente del lado de baja

Instituto Técnico "Jesús Obrero"  
Los Flores de Catia  
III Momento  
Año escolar 2019 - 2020  
Área de Formación: Electricidad  
Sección: C  
Profesor: Augusto Vera  
***Augustovera.23@gmail.com***

## **Evaluación N°4**

### **Actividad de Superación Pedagógica (20 %)**

Ilustración física de un Motor de Corriente Alterna.

#### **Instrucciones:**

- Realiza individualmente una ilustración donde se aprecien todas las partes de un motor de corriente alterna, tomando en cuenta los siguientes aspectos:
  - 1.-** Realiza la actividad en una hoja blanca, tamaño carta.
  - 2.-** Debe ser una ilustración visible para que se logre apreciar en una foto.
  - 3.-** Debe tener color.
  - 4.-** Identificar las partes esenciales de un motor de corriente alterna.
  - 5.-** Cada una de las partes del motor debe tener una breve descripción de su función.
- Identifica la evaluación con: Nombre, Apellido y número de lista.
- Tómale una foto al motor realizado y envíalo, a través del correo electrónico del docente, en la semana del 08 al 12/06

→ El acompañamiento docente se hará, a través de: e-mail, Whatsapp, Facebook, mensaje de texto o llamada telefónica, de martes a viernes de 12 m a 9 p.m

Instituto Técnico "Jesús Obrero"  
Los Flores de Catia.  
III Momento  
Tercer Año.  
Área de Formación: Educación Física.  
Año Escolar: 2019 - 2020  
Profesor: Néstor Urbaneja

**Educación Física**  
**Profesor: Néstor Urbaneja**

**Tema:** Capacidad Aeróbica y Anaeróbica.

### **Actividad Evaluativa Nº 3.**

Trabajo de Investigación

#### **INSTRUCCIONES:**

- Realizar un escrito no menor de 3 páginas.
- El Trabajo debe presentar: Portada, Introducción, Desarrollo, Conclusión, referencias bibliográficas y anexos.
- En la portada se debe evidenciar: encabezado, Título del Trabajo, Apellidos, Nombres, Número de Lista, y Fecha.
- Formato Word, utilizar una fuente de tamaño que sea entendible. (Tipo de fuente de su preferencia).
- Cuidar aspectos formales de la escritura (redacción, ortografía, uso de mayúsculas, uso de minúsculas, entre otros)
- Se puede realizar en grupos de 2 ó 3 estudiantes.
- Fecha de entrega: semana del 25 al 29 de mayo.
- Envíala al siguiente correo electrónico: [nestorlurbaneja@hotmail.com](mailto:nestorlurbaneja@hotmail.com)
- Apoyarse en las direcciones electrónicas de su preferencia.

A continuación, debes responder a los siguientes planteamientos de forma clara, precisa y coherente, tomando en cuenta las instrucciones indicadas: (Valor: 5 pts c/u)

- 1)** Realiza un cuadro comparativo entre Capacidad Aeróbica y Anaeróbica.
- 2)** Nombre 5 Actividades Físicas y Deportivas que desarrollen la Capacidad Aeróbica y Anaeróbica.
- 3)** Investiga cómo se elabora un plan de entrenamiento, características, métodos, fases y principios.
- 4)** Investigar sobre las tendencias de entrenamientos para mejorar la actividad física.

Instituto Técnico "Jesús Obrero"  
Los Flores de Catia.  
III Momento  
Tercer Año.  
Área de Formación: Educación Física.  
Año Escolar: 2019 - 2020  
Profesor: Néstor Urbaneja

**Educación Física**  
**Profesor: Néstor Urbaneja**

### **Evaluación Nº 4.**

#### **Actividad de Superación Pedagógica (20%)**

##### **INSTRUCCIONES:**

- Realizar un escrito no menor de 3 páginas.
- El Trabajo debe presentar: Portada, Introducción, Desarrollo, Conclusión, referencias bibliográficas y anexos.
- En la portada se debe evidenciar: encabezado, Título del Trabajo, Apellidos, Nombres, Número de Lista, y Fecha.
- Formato Word, utilizar una fuente de tamaño que sea entendible. (Tipo de fuente de su preferencia).
- Cuidar aspectos formales de la escritura (redacción, ortografía, uso de mayúsculas, uso de minúsculas, entre otros)
- Se puede realizar en grupos de 2 ó 3 estudiantes.
- Fecha de entrega: semana del 8 al 12 de Junio.
- Envíala al siguiente correo electrónico: [nestorlurbaneja@hotmail.com](mailto:nestorlurbaneja@hotmail.com)
- Apoyarse en las direcciones electrónicas de su preferencia.

A continuación, debes responder a los siguientes planteamientos de forma clara, precisa y coherente, tomando en cuenta las instrucciones indicadas: (Valor: 5 pts c/u)

- 1)** Construir una rutina con algunas de las tendencias de entrenamientos, con ejercicios sencillos que se puedan hacer interdiario en casa.
- 2)** Realizar plan de Trabajo para persona de la tercera edad, mujeres embarazadas, personas con discapacidad y para niños y adolescentes.
- 3)** Investigar sobre la Aptitud Física y sus componentes.
- 4)** Investigar sobre el control de la frecuencia cardiaca, cómo y dónde se mide, partes del cuerpo donde se puede tomar las pulsaciones.