



MONSEÑOR RAMON ARCILA

TALLER INTERDISCIPLINARIO

BIOLOGIA, QUIMICA Y ED. FISICA

AREAS Y ASIGNATURAS	BIOLOGIA Y EDUCACIÓN FISICA
GRADOS	8-1, 8-2, 8-3. 8-4, 8.5, 8-6,
DOCENTES	MARIBEL IBARGUEN: 8-1, 8-2 biología
	CARMENZA PEREA: 8-3 biología
	WILFRIDO ARROYO: 8-4, 8-5, 8-6 biología
	JAQUELINE CARVAJAL 8-1, 8-2, 8-3 Ed. física
FECHA DE DILIGENCIAMIENTO	30 DE JULIO 2020
FECHA DE ENTREGA	14 DE AGOSTO del 2020
EJE TEMATICO	LA TABLA PERIODICA Y LA CONFIGURACION ELECTRONICA • Interpreta correctamente la tabla periódica. • Aplica la distribución electrónica para ubicar un elemento en la tabla periódica. • Realiza la distribución electrónica para un elemento químico. .
Actividades de biología: Revisar la clase por medio del enlace, consignar en el cuaderno como apoyo y soporte, para repaso. https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=9cPqfwPzDUyZWlj9qRJS5uWZZYLW8CNAg9BrqYUkP0FUNDhRTDVBOFdDTU4yUFVKVzFGTjdJMIVCVy4u	
Actividades de educación física: Lectura 1. Sistemas energéticos en el deporte https://www.sport.es/labolsadelcorredor/sistemas-energeticos-deporte/ VIDEOS: 1. SISTEMA ENERGETICO ATP PC ⚡ (Fácil de entender) - (1ª parte) Sistema aeróbico y anaeróbico Video https://www.youtube.com/watch?v=VnVOqlmq51Y	



MONSEÑOR RAMON ARCILA

TALLER INTERDISCIPLINARIO

BIOLOGIA, QUIMICA Y ED. FISICA

2. SISTEMA GLUCOLITICO Y OXIDATIVO ⚡ (Fácil) SISTEMA ENERGÉTICO [2da Parte]
https://www.youtube.com/watch?v=4jZ-rh_XEEY
3. ✓ LIPOGENESIS Y LIPOLISIS Bioquímica!! [Acidos Grasos] SISTEMA ENERGETICO OXIDATIVO (3ra Parte) <https://www.youtube.com/watch?v=uMmtVWgOLKc>

ACTIVIDADES:

Nota: Recuerda hacer **calentamiento** antes de iniciar la rutina propuesta en la imagen.

- Recuerda que si tienes alguna restricción medica que te impida realizar la actividad, debes invitar a alguien de tu familia que este saludable a que ejecute la rutina y te cuente luego como le fue, para que puedas hacer el informe
- Cada uno lo hace a su propio ritmo y según sus posibilidades.
- Debes Hidratarte antes, durante y después del ejercicio
- Una vez finalizada la actividad debes realizar estiramientos

ACTIVIDAD:

1. **Practicar ejercicio. Y realizar un informe.** Práctica la rutina de ejercicios sugerida. Si algún ejercicio te parece extenuante, no lo realices puedes cambiarlo a uno que te guste más. Luego realiza un informe.

Aquí te indico como debes presentar el informe:

debe tener el nombre completo, el grado y fecha. Procedes a escribir: ¿Qué sentiste al realizar esta actividad?, ¿qué dificultades enfrentaste para realizar la actividad?, ¿Qué aprendiste de esta actividad?, ¿A Quiénes de tus familiares pudiste integrar a esta actividad?, ¿Qué sintieron ellos al realizar actividades todos juntos?

También anexa una foto donde evidencie el trabajo realizado, y lo envías al correo:

d.mra.jaqueline.carvajal@cali.edu.co en el que escribirás en asunto: **informe**, tu nombre y grado al que perteneces.



2. Hacer una Rutina.



MONSEÑOR RAMON ARCILA

TALLER INTERDISCIPLINARIO

BIOLOGIA, QUIMICA Y ED. FISICA

Después de haber hecho la lectura y visto los videos debes realizar un Realizar Una rutina de ejercicios cardiovasculares en 1/8 de cartulina. A COLOR en el que muestres **mínimo 5 ejercicios que te ayudan a mejorar la parte cardiovascular**. Una vez realizado tomas una foto y lo envías al correo:

d.mra.jaqueline.carvajal@cali.edu.co en el que escribirás en asunto: rutina, tu nombre y grado al que perteneces.

Grado: 8-1, 8-2, 8-3 d.mra.jaqueline.carvajal@cali.edu.co