



GUIA /NIVELACION 1° TRIMESTRE 2026

DOCENTE: JEYSSON JAVIER VARGAS VARGAS.

NIVEL: 11°

Guía de Trabajo: Principios del Entrenamiento Deportivo

Objetivo General

Comprender y aplicar los principios fundamentales del entrenamiento deportivo, identificar las cualidades físicas y reconocer los beneficios asociados a la práctica regular de actividad física.

I. Principios del Entrenamiento Deportivo

1. **Unidad Funcional:** El cuerpo humano funciona como un todo integrado; por lo tanto, el entrenamiento debe considerar la interrelación de todos los sistemas corporales para lograr un desarrollo armónico.

Ejemplo: Al realizar una rutina de ejercicios, es importante incluir actividades que involucren diferentes grupos musculares y sistemas energéticos para asegurar un desarrollo equilibrado.

2. **Especificidad:** El entrenamiento debe estar orientado a las demandas específicas del deporte o actividad que se practica, enfocándose en los músculos y sistemas energéticos involucrados.

Ejemplo: Un nadador debe enfocar su entrenamiento en ejercicios que mejoren la resistencia cardiovascular y la fuerza de los músculos implicados en la natación.

3. **Continuidad:** La mejora del rendimiento físico requiere de una práctica constante y regular; las interrupciones prolongadas pueden revertir los avances logrados.

Ejemplo: Un estudiante que entrena tres veces por semana durante todo el semestre verá mejoras significativas en su condición física.

4. **Progresión:** Es necesario aumentar gradualmente la carga de entrenamiento para evitar estancamientos y promover adaptaciones positivas en el organismo.

Ejemplo: Si un estudiante comienza corriendo 1 km y cada semana aumenta 500 metros, está aplicando el principio de progresión.

5. **Relación Carga-Descanso:** El equilibrio entre el esfuerzo físico y los períodos de recuperación es esencial para prevenir el sobreentrenamiento y favorecer la supercompensación.



CANAL DE
WHATSAPP



Ejemplo: Después de una sesión intensa de entrenamiento, es recomendable tener un día de descanso o realizar una actividad de baja intensidad para permitir la recuperación.

6. Edad: Las características biológicas y psicológicas de cada etapa de la vida deben ser consideradas al planificar el entrenamiento, adaptando las cargas y métodos a la edad del individuo.

Ejemplo: Los niños deben enfocarse en desarrollar habilidades básicas y coordinación, mientras que los adultos pueden trabajar en fuerza y resistencia.

7. Sexo: Existen diferencias fisiológicas entre hombres y mujeres que pueden influir en la respuesta al entrenamiento; es importante adaptar los programas según estas particularidades.

Ejemplo: Las mujeres pueden tener una mayor flexibilidad, por lo que se pueden incluir ejercicios que aprovechen esta característica.

8. Motivación: El interés y la disposición del individuo hacia la actividad física son fundamentales para mantener la adherencia al entrenamiento y alcanzar los objetivos propuestos.

Ejemplo: Establecer metas alcanzables y celebrar los logros puede aumentar la motivación de los estudiantes.

9. Sobrecarga: Para estimular adaptaciones, el entrenamiento debe imponer una carga superior a la habitual, incrementando la intensidad, duración o frecuencia de los ejercicios.

Ejemplo: Si un estudiante realiza 10 flexiones y aumenta a 15 en la siguiente sesión, está aplicando el principio de sobrecarga.

10. Reversibilidad: Los efectos positivos del entrenamiento pueden disminuir o desaparecer si se interrumpe la práctica regular, destacando la importancia de la continuidad.

Ejemplo: Un estudiante que deja de entrenar durante las vacaciones puede experimentar una disminución en su capacidad cardiovascular.

II. Ciclos de Entrenamiento

- Microciclo: Unidad básica del entrenamiento que abarca generalmente una semana. Y se puede extender a 4 . Se enfoca en objetivos específicos y permite ajustes según la respuesta del deportista.

Ejemplo: Un microciclo de una semana puede incluir tres sesiones de resistencia, una de fuerza y una de flexibilidad.

- Mesociclo: Conjunto de varios microciclos (usualmente de 1 a 12 meses) que persiguen un objetivo concreto, como el desarrollo de la fuerza o la resistencia.



CANAL DE
WHATSAPP



Ejemplo: Un mesociclo de cuatro semanas centrado en mejorar la resistencia aeróbica puede incluir progresiones semanales en la duración de las carreras.

- **Macro ciclo:** Planificación a largo plazo que puede abarcar de 1 a 4 años (ciclo olímpico) integrando diferentes mesociclos para alcanzar metas generales, como la preparación para una competencia.

Ejemplo: Un macrociclo de seis meses puede incluir mesociclos de preparación general, específica y de competencia.

III. Cualidades Físicas

1. Resistencia:

- **Aeróbica:** Capacidad de realizar esfuerzos de baja o media intensidad durante períodos prolongados, utilizando el oxígeno como fuente principal de energía.
 - *Ejemplo:* Correr 5 km a ritmo constante.
- **Anaeróbica:** Capacidad de realizar esfuerzos de alta intensidad en períodos cortos, donde la demanda de oxígeno supera la disponibilidad, generando energía sin oxígeno.
 - *Ejemplo:* Sprints de 100 metros.

2. Velocidad:

- **De reacción:** Tiempo que tarda el cuerpo en responder a un estímulo.
 - *Ejemplo:* Reaccionar al sonido de un silbato para comenzar una carrera.
- **De contracción muscular:** Rapidez con la que los músculos se contraen para realizar un movimiento.
 - *Ejemplo:* Realizar un salto vertical explosivo.
- **De desplazamiento:** Capacidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible.
 - *Ejemplo:* Correr 100 metros en el menor tiempo posible.

3. Fuerza:

- **Isométrica:** Capacidad de ejercer fuerza sin que exista movimiento en la articulación (ejemplo: empujar una pared).
- **Isotónica:** Capacidad de ejercer fuerza con movimiento, pudiendo ser concéntrica (acortamiento muscular) o excéntrica (alargamiento muscular).
 - *Ejemplo:* Levantamiento de pesas.

4. Coordinación:



CANAL DE
WHATSAPP



- *Dinámica*: Capacidad de realizar movimientos complejos de forma eficiente durante la actividad física.
 - *Ejemplo*: Bailar una coreografía.
- *General*: Habilidad para sincronizar movimientos de diferentes partes del cuerpo de manera armoniosa.
 - *Ejemplo*: Lanzar y atrapar una pelota.

5. Equilibrio:

- *Dinámico*: Mantener la estabilidad durante el movimiento.
 - *Ejemplo*: Caminar sobre una cuerda floja.
- *Estático*: Mantener la posición corporal sin movimiento.
 - *Ejemplo*: Permanecer en posición de "árbol" en yoga.

IV. Beneficios del Entrenamiento Deportivo

1. Gasto Calórico: El entrenamiento incrementa el consumo de calorías, contribuyendo al control del peso y la composición corporales.

Ejemplo: Una sesión de entrenamiento de 60 minutos puede quemar entre 400 y 600 calorías, dependiendo de la intensidad.

2. Mejoramiento de las Cualidades Físicas: La práctica regular mejora la resistencia, fuerza, velocidad, coordinación y equilibrio, optimizando el rendimiento físico general.

Ejemplo: Un estudiante que entrena consistentemente puede mejorar su tiempo en carreras de 1000 metros.

3. Prevención de Lesiones: Un cuerpo bien entrenado es más resistente a las lesiones, ya que mejora la estabilidad articular, la flexibilidad y la fuerza muscular.

Ejemplo: El fortalecimiento de los músculos estabilizadores puede prevenir esguinces de tobillo.

4. Ajuste Postural: El fortalecimiento de los músculos posturales y la mejora de la conciencia corporal contribuyen a una mejor postura y alineación corporal.
 - *Ejemplo*: Ejercicios de fortalecimiento del core pueden corregir la postura encorvada.

5. Estética: El entrenamiento favorece una apariencia física más saludable y tonificada, lo que puede mejorar la autoestima y la imagen corporal.

Taller: Aplicando lo Aprendido sobre el Entrenamiento Deportivo



CANAL DE
WHATSAPP



Objetivo del taller

Comprender, organizar y aplicar los principios del entrenamiento deportivo, las cualidades físicas, los ciclos de planificación y sus beneficios mediante estrategias gráficas, reflexivas y creativas.

Actividad 1: Mapa mental "Principios del Entrenamiento"

Instrucciones:

1. En una hoja tamaño carta o en su cuaderno, realiza un mapa mental que incluya los 10 principios del entrenamiento deportivo explicados en la guía.
2. Usa colores, dibujos y palabras clave para representar visualmente cada principio.
3. Por cada principio, incluye un ejemplo práctico (puede estar ilustrado o escrito en breve).

Criterios de evaluación:

- Claridad de ideas
- Inclusión de los 10 principios
- Uso de recursos visuales (color, conexión entre ideas)
- Originalidad

Actividad 2: Friso cronológico "Ciclos del Entrenamiento"

Instrucciones:

1. En una cartulina o tira de papel larga, elabora un friso que explique los tres ciclos del entrenamiento deportivo: microciclo, mesociclo y macrociclo.
2. Para cada ciclo incluye:
 - Definición
 - Duración
 - Objetivo principal
 - Ejemplo de aplicación (puede ser un deporte o actividad física)
3. Decora tu friso usando íconos, imágenes o recortes que representen cada ciclo.

Criterios de evaluación:

- Organización visual y secuencial
- Información completa y coherente
- Creatividad y presentación



CANAL DE
WHATSAPP



Actividad 4: Reflexión individual escrita

Escribe en una hoja o en tu cuaderno:

- ¿Qué principio del entrenamiento te pareció más importante y por qué?
- ¿Qué cualidad física consideras que necesitas mejorar y cómo podrías hacerlo?
- ¿Cómo crees que el entrenamiento físico puede ayudarte en tu vida diaria, más allá del deporte?

Extensión: mínima 500 palabras

1° fase de nivelación

- Las actividades 1 y 2 se entregan en físico.
- La actividad 4 se entrega por escrito para retroalimentación individual.

2° fase de nivelación

Sustentación escrita de los aprendizajes.



CANAL DE
WHATSAPP



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E.D
"Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social"

RUBRICA

Criterios de Evaluación	Superior (90 – 100)	Alto (80 – 89)	Basico (65 – 79)	Bajo (15 – 64)	En Proceso (PI)	Firma estudiante	Firma acudiente
Trabajo en clase	Lidera y orienta de manera activa las actividades propuestas en clase. Demuestra iniciativa, autonomía y compromiso constante, apoya a sus compañeros, favorece el trabajo colaborativo y mantiene una actitud positiva y respetuosa durante todas las sesiones prácticas y teóricas.	Participa activamente en las actividades de clase, cumple las consignas establecidas, colabora con el grupo y mantiene una actitud adecuada durante la mayoría de las sesiones.	Participa de forma ocasional en las actividades propuestas. Requiere acompañamiento constante para involucrarse en las dinámicas de clase y su nivel de compromiso es irregular.	No participa en las actividades de clase o interrumpe su desarrollo. Presenta desinterés, falta de disposición y no cumple con las consignas ni acuerdos establecidos.			
responsabilidad	Cumple totalmente con la asistencia, puntualidad, cuidado del material deportivo y respeto por las normas de convivencia. Asume con responsabilidad	Cumple en su mayoría con la asistencia, puntualidad y normas establecidas, presentando pocas	Cumple parcialmente con la asistencia, puntualidad y normas de convivencia. Requiere llamados de atención	Incumple de manera reiterada con la asistencia, puntualidad, normas de convivencia y			



CANAL DE
WHATSAPP



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E.D
"Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social"

	los compromisos académicos y demuestra autocuidado y respeto por los demás.	inconsistencias en el cumplimiento de compromisos	frecuentes para asumir sus responsabilidades académicas.	compromisos académicos, afectando su proceso formativo.			
Principios básicos del entrenamiento deportivo	Domina los conceptos teóricos relacionados con el entrenamiento deportivo y la actividad física. Explica, argumenta y relaciona la teoría con la práctica de manera clara y coherente durante las actividades y evaluaciones.	Maneja la mayoría de los conceptos teóricos trabajados, los aplica correctamente en contextos prácticos y demuestra comprensión adecuada de los contenidos.	Presenta un manejo básico de los conceptos teóricos. Reconoce definiciones generales, pero tiene dificultades para profundizar o relacionar la teoría con la práctica.	Desconoce los conceptos teóricos trabajados o presenta confusión constante, lo que dificulta la aplicación práctica de los contenidos.			
Diseño de Planes de entrenamiento	Diseña y ejecuta un plan de entrenamiento de manera coherente, estructurada y ajustada a los principios del entrenamiento	Elabora un plan de entrenamiento adecuado, aplicando correctamente la mayoría de los principios trabajados, aunque	Presenta un diseño incompleto del plan de entrenamiento, con dificultades en la organización de los ejercicios, objetivos o	No diseña el plan de entrenamiento o el presentado no cumple con los criterios mínimos establecidos,			



CANAL DE
WHATSAPP



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E.D
"Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social"

	deportivo. Justifica las actividades propuestas y demuestra claridad en los objetivos, cargas y tiempos.	presenta leves inconsistencias en su estructura o ejecución.	tiempos, requiriendo acompañamiento constante.	evidenciando falta de comprensión del proceso.			
Evaluación trimestral	Integra de manera coherente la teoría y la práctica desarrolladas durante el trimestre, demostrando comprensión profunda de los contenidos y su aplicación efectiva en contextos reales	Aplica adecuadamente los contenidos teóricos y prácticos trabajados durante el trimestre, evidenciando apropiación de los saberes.	Aplica parcialmente los contenidos del trimestre, presentando dificultades para integrar la teoría con la práctica de manera consistente.	No evidencia apropiación de los contenidos trabajados durante el trimestre ni su aplicación en la práctica			



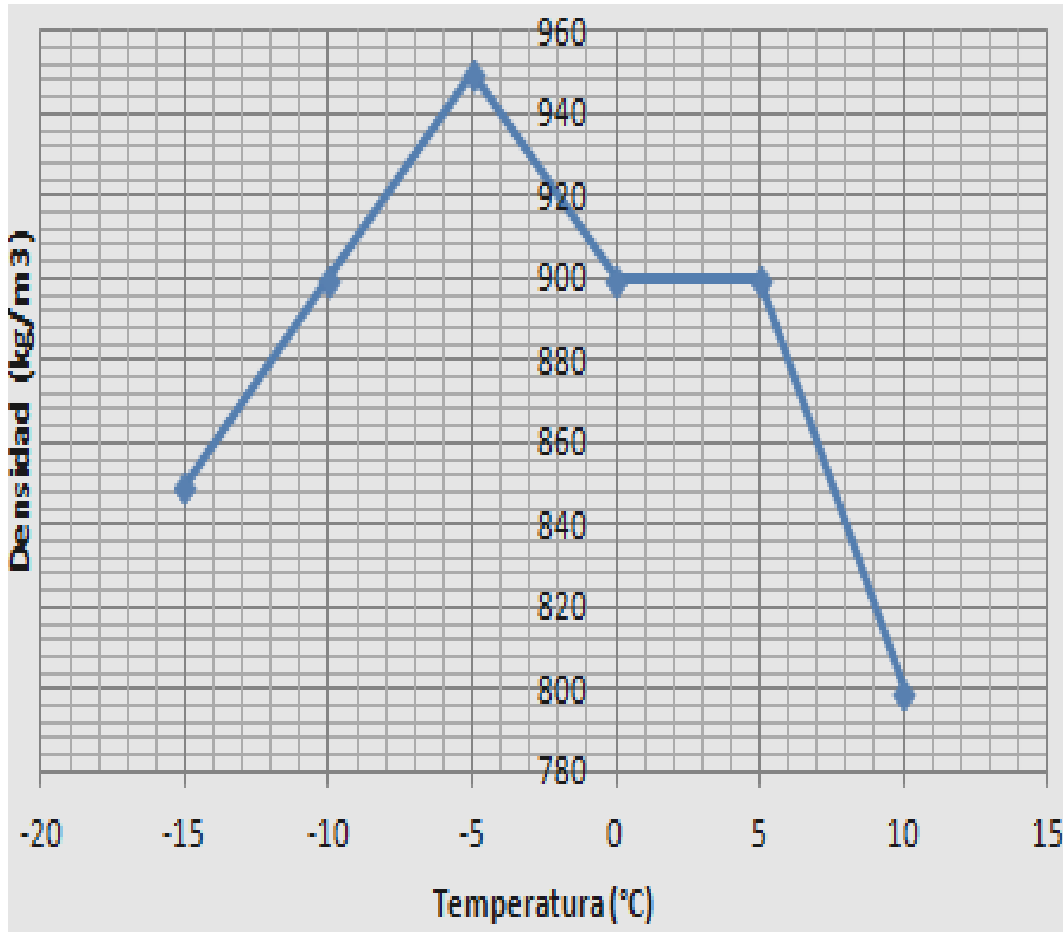
CANAL DE
WHATSAPP



Plan de mejoramiento Física 11° Docente: Jairo Alonso Urueña
 Jornada: Tarde Fecha: Mayo 2026

MECÁNICA DE FLUIDOS

1. Describa y dibuje los estados y cambios de estado de la materia.
2. En la siguiente gráfica se representa el comportamiento de la densidad de una rara sustancia en función de la temperatura.



¿Para qué temperatura el volumen de la sustancia es máximo? Justifique su respuesta. Cuando la sustancia está a una temperatura de 4°C ¿Se hunde o flota en el agua? Determine el volumen de 21kg de la sustancia a -15°C

3. Una esfera de 15kg tiene un radio de 0.2m. Determine la densidad de la esfera y explique si flota o se hunde en gasolina
4. Se tiene un cilindro de 17kg de cobre, su altura es de 0.1m ¿A cuánto equivale el radio del cilindro?
5. Un cubo con lados de 0.23m ejerce una presión sobre el suelo de 20000P. Determine la densidad del cubo y explique si flota o se hunde en mercurio.



CANAL DE WHATSAPP



RÚBRICA DE EVALUACIÓN

1. Entrega plan de mejoramiento del docente al estudiante: 11-13 de mayo
2. Entrega del desarrollo de las actividades del plan de mejoramiento del estudiante al docente: 25-29 mayo en la hora de clase de física correspondiente según horario institucional.
3. Sustentación del plan de mejoramiento: 25-29 mayo en la hora de clase de física correspondiente según horario institucional.

Criterio	Superior (90-100)	Alto (80-89)	Básico (65-79)	Bajo (10-64)	Puntaje
Cumplimiento y responsabilidad	Entregó en fechas acordadas. Presentación impecable. Todos los puntos desarrollados. Evidencia trabajo autónomo.	Entregó a tiempo. Buena presentación. Todos los puntos desarrollados. Evidencia esfuerzo personal	Entrego a tiempo. Presentación aceptable. Falto por desarrollar o están incompletos uno o dos puntos.	No lo entrego o dos o más puntos están incompletos. No siguió las indicaciones.	
Dominio del contenido	Explica el tema con precisión. Usa vocabulario propio de la asignatura	Explica el tema. Usa vocabulario de variables físicas adecuadas	Explica el tema con algunas imprecisiones. Necesita ayuda para recordar conceptos.	No explica el tema o lo confunde con otros. No tiene claro los conceptos.	
Aplicación y Procedimientos	Resuelve ejercicios sin errores. Interpreta bien los datos. Usa los datos y ecuaciones adecuadamente y llega al resultado correcto.	Resuelve los ejercicios con mínimos errores. Sigue el procedimiento. Usa los datos y ecuaciones que corresponden.	Resuelve los ejercicios con algunos errores. Omite pasos del procedimiento. Le falta claridad en el uso de los datos y ecuaciones.	No resuelve los ejercicios o los presenta con varios errores. No comprende el procedimiento. No usa correctamente los datos y ecuaciones.	
Sustentación escrita	Argumenta con claridad. Interpreta las ecuaciones adecuadamente. Realiza las operaciones manualmente sin errores.	Responde lo que se le pregunta. Se expresa con orden en los procedimientos y realiza las operaciones manualmente con errores mínimos.	Responde con dificultad. Necesita que le estén recordando los conceptos. Presenta algunas dificultades para realizar las operaciones.	No sustenta. No responde lo que se le pregunta. No hay evidencia de comprensión.	
TOTAL					



CANAL DE
WHATSAPP



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E.D

“Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social”

**PLAN DE MEJORAMIENTO
ECONOMIA Y POLITICA
DOCENTE: CESAR PALACIOS
GRADO 11° JORNADA TARDE
I TRIMESTRE**

- 1- ¿Consulta que es el PIB? (https://es.wikipedia.org/wiki/Producto_interno_bruto), hasta el subtítulo: Criterios de valoración del PIB, presenta en hoja examen, cuadriculada, 50 renglones, hoja marcada de forma completa
- 2- ¿Cuál fue el PIB en Colombia en el año 2024? (<https://www.portafolio.co/economia/crecimiento/el-pib-de-colombia>) presenta en hoja examen, cuadriculada, 50 renglones, hoja marcada de forma completa
- 3- ¿Defina inflación, inflación de demanda, inflación de costos?, (<https://es.wikipedia.org/wiki/Inflacion>) presenta en hoja examen, cuadriculada, 50 renglones, hoja marcada de forma completa
- 4- ¿Qué es la Tasa de Cambio?, (<https://www.estrategiasdeinversion.com/herramientas/diccionario/>), presenta en hoja examen, cuadriculada, 50 renglones, hoja marcada de forma completa
- 5- Elabora un ensayo de 70 renglones a partir de las anteriores consultas, (presentar teniendo en cuenta las pautas dadas para los ensayos elaborados en la clase se Ética).

Nota: 1. Se evaluará presentación, orden, aseo: cada punto en su respectiva hoja examen

Nota: 2. Debe presentar completo para poder evaluar de forma escrita. (50% presentación de los puntos, 50% presentación de la sustentación escrita)

RUBRICA							
Criterios de Evaluación	Superior (90 – 100)	Alto (80 – 89)	Basico (65 – 79)	Bajo (15 – 64)	En Proceso (PI)	Firma estudiante	Firma acudiente
Comprensión de la democracia y el Estado colombiano y su macroeconomía	Explica con profundidad los fundamentos de la democracia, el Estado colombiano y su relación con la Constitución de 1991. y su macroeconomía Argumenta con ejemplos actuales.	Reconoce correctamente los conceptos y su función en el Estado colombiano y su macroeconomía Usa algunos ejemplos.	Identifica conceptos básicos, pero con explicaciones limitadas o poco claras.	Presenta confusión conceptual o desconocimiento del tema			
Globalización económica y política y su macroeconomía	Explica ventajas, desventajas e impactos de la globalización y la macroeconomía con postura crítica y argumentos sólidos.	Describe ventajas y desventajas de la globalización y la macroeconomía	Enumera aspectos generales sin análisis.	No comprende el concepto de globalización.			
Geopolítica y conflictos geopolíticos y su macroeconomía	Analiza conflictos geopolíticos actuales relacionándolos con intereses económicos y políticos y macroeconómicos	Describe conflictos geopolíticos con causas generales en relación con la macroeconomía	Menciona conflictos sin explicación clara.	Desconoce los conflictos o presenta información errónea.			
Pensamiento crítico y argumentación y su macroeconomía	Argumenta con claridad, coherencia y sustento teórico. Expresa postura propia bien fundamentada.	Presenta argumentos claros, aunque con poco sustento teórico.	. Argumenta de forma simple o repetitiva.	No logra argumentar ni sustentar ideas.			



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E.D

“Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social”

PLAN DE MEJORAMIENTO
 ETICA
 DOCENTE: CESAR PALACIOS
 GRADO 11° JORNADA TARDE
 I TRIMESTRE

1. Elabora un ensayo de 80 renglones utilizando las normas establecidas en clase de Ética, a partir de las siguientes frases:
 - A. PROYECTO DE VIDA
 - B. PORQUE ES IMPORTANTE SALUDAR
 - C. ES MAS PESADA UNA PALA QUE UN LAPIZ
 - D. MI MAYOR DEFECTO, MI MAYOR VIRTUD

RUBRICA							
Crterios de Evaluación	Superior (90 – 100)	Alto (80 – 89)	Basico (65 – 79)	Bajo (15 – 64)	En Proceso (P)	Firma estudiante	Firma acudiente
Comprensión del concepto de libertad (El ser libre y el acto libre)	Explica con profundidad y claridad los conceptos, diferenciándolos y ejemplificándolos correctamente.	Explica los conceptos de forma clara, con algunos ejemplos pertinentes.	Presenta definiciones generales, con escasa profundidad o ejemplos poco claros.	Muestra confusión conceptual o definiciones incorrectas.			
Libertad como tarea y proyecto ético	Reflexiona de manera profunda sobre la libertad como construcción personal y ética, mostrando pensamiento crítico.	Explica la libertad como responsabilidad y proyecto ético de forma coherente.	Menciona los conceptos sin profundizar ni reflexionar críticamente.	No comprende la libertad como tarea ni proyecto ético.			
Argumentación y reflexión personal	Presenta ideas propias bien argumentadas, coherentes y fundamentadas.	Expresa opiniones personales con argumentos aceptables.	Da opiniones poco justificadas o repetitivas.	No presenta reflexión personal ni argumentos claros.			
Comunicación y presentación	Uso adecuado del lenguaje, estructura clara y excelente organización del trabajo o exposición.	Lenguaje claro y buena organización general.	Presenta desorden en ideas o errores frecuentes de lenguaje.	Lenguaje inadecuado y falta de coherencia en la presentación.			



PLAN DE MEJORAMIENTO QUIMICA 11

DOCENTE: Oscar Eduardo Jiménez Carreño

Resuelva los siguientes ejercicios en hojas cuadrículadas y presentarlos en la fecha indicada por el docente. El plan debe tener una portada e ir debidamente grapado con **la totalidad de los ejercicios resueltos**. El día que entregue el presente plan deberá realizar la sustentación del mismo. La presentación del plan NO indica que ya recuperó.

- Elabore un mapa conceptual amplio donde aborde las propiedades que definen un gas, los parámetros que determinan su comportamiento y las leyes de los gases que de ellos se derivan.
- Resuelve el siguiente ejercicio, presentando el debido procedimiento, las ecuaciones empleadas y su resolución matemática:
*“Un técnico revisa un **cilindro de aire comprimido** que contiene **2,5 L de gas** a una **presión de 1,2 atm** y a una **temperatura de 290 K**. Durante una práctica escolar, el cilindro es trasladado a un laboratorio donde la **temperatura aumenta hasta 350 K** y, al mismo tiempo, el manómetro indica que la **presión sube a 1,8 atm** debido al cambio de condiciones del entorno.
 Suponiendo que la cantidad de gas permanece constante, **determina el nuevo volumen que ocupa el gas dentro del cilindro**, explicando cómo influyen los cambios de presión y temperatura en el comportamiento del gas.*
- Elabora un mapa mental sobre el tema de disoluciones, en el cual se pueda evidenciar las partes que componen una disolución, qué es la concentración y cuáles con las unidades de concentración físicas y químicas que se usan principalmente; así como la importancia de las disoluciones en la vida cotidiana.
- Resuelve el siguiente ejercicio, presentando el debido procedimiento, las ecuaciones empleadas y su resolución matemática:
*“Para una jornada deportiva, un docente prepara una **bebida isotónica casera** disolviendo **25 g de azúcar** en **475 g de agua**, mezclando bien hasta obtener una solución homogénea.
 Con base en la información anterior: **Identifica el soluto** de la solución. **Identifica el solvente** de la solución y **calcula la concentración de la solución en porcentaje masa-masa (% m/m)**”.*

RUBRICA							
Criterios de Evaluación	Superior (90 – 100)	Alto (80 – 89)	Basico (65 – 79)	Bajo (15 – 64)	En Proceso (PI)	Firma estudiante	Firma acudiente
<ul style="list-style-type: none"> Comprende y aplica leyes, propiedades y modelos relacionados con soluciones y gases para explicar comportamientos de la materia en diversos contextos, resolviendo problemas y analizando fenómenos cotidianos y experimentales. 	Explica con precisión leyes y modelos; resuelve problemas sin errores; relaciona conceptos con fenómenos reales y presenta análisis profundos y justificados.	Maneja adecuadamente leyes y modelos; comete pocos errores de procedimiento; relaciona teoría con ejemplos cotidianos de forma clara.	Comprende leyes y conceptos fundamentales, aunque con vacíos o imprecisiones; resuelve ejercicios sencillos con acompañamiento.	Presenta dificultades para interpretar variables, aplicar leyes o resolver problemas; requiere guía constante y no logra establecer relaciones conceptuales.			



CANAL DE
WHATSAPP



Criterios de Evaluación	Superior (90 – 100)	Alto (80 – 89)	Basico (65 – 79)	Bajo (15 – 64)
Gramática y Memoria Musical	Interpreta con fluidez el lenguaje musical y demuestra una memoria musical excepcional, reteniendo estructuras complejas sin apoyo visual constante. Analiza y disfruta profundamente las audiciones.	Lee y comprende la gramática musical con pocos errores. Su memoria musical es sólida, logrando reproducir melodías con precisión la mayoría de las veces. Muestra interés en las audiciones.	Reconoce elementos básicos de la gramática musical, pero le cuesta ponerlos en práctica. Su memoria musical es intermitente y le cuesta retener frases largas.	Presenta dificultades significativas para comprender la gramática musical o memorizar melodías sencillas. Muestra apatía o distracción durante las actividades de audición.
Técnica	Ejecuta el instrumento de cuerda, percusión, tecla o canto; logra una calidad sonora destacada acorde a su nivel de grado undécimo.	Ejecuta el instrumento de cuerda, percusión, tecla o canto con buena técnica general. La ejecución y/o afinación es correcta, aunque puede presentar tensiones leves o fallos menores en pasajes difíciles.	Logra la ejecución instrumental y/o vocal de manera aceptable, pero con fallas evidentes en afinación o ritmo. La técnica (postura/digitación) requiere corrección constante.	No logra coordinar la ejecución instrumental o presenta deficiencias técnicas que impiden la interpretación fluida de la obra propuesta.



SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E D

“Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social”



<p>Ensamble y Trabajo Colaborativo</p>	<p>Lidera y promueve la cohesión del grupo. Escucha activamente a sus compañeros para lograr un unísono perfecto y un equilibrio sonoro. Comprende que el resultado grupal es prioridad.</p>	<p>Participa activamente en el ensamble. Escucha a los demás y ajusta su tiempo y volumen adecuadamente la mayor parte del tiempo para integrarse al grupo.</p>	<p>Participa en el ensamble, pero tiende a adelantarse, atrasarse o tocar más fuerte que el grupo. Le cuesta mantener la escucha activa hacia sus compañeros.</p>	<p>No participa en la clase y afecta negativamente el resultado del ensamble.</p>
<p>Disfrute y Sensibilidad</p>	<p>Evidencia un disfrute genuino y una conexión emocional con la música. Valora críticamente la importancia del arte como medio de expresión y convivencia.</p>	<p>Muestra una actitud positiva y disfruta las actividades. Cumple con los compromisos del ensamble con responsabilidad y respeto.</p>	<p>Realiza las actividades por cumplimiento académico más que por disfrute. Su actitud es pasiva ante las propuestas de audición o montaje.</p>	<p>Manifiesta rechazo o desinterés constante hacia las actividades de audición y práctica instrumental, afectando el clima de la clase.</p>



SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E D
"Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social"





COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E D

“Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social”

ENGLISH REINFORCEMENT ACTIVITY ELEVENTH GRADE

1. Make an album about the activities you normally do in the weekend (at least fifteen activities, use present simple)
2. Cut and paste ten pictures and write sentences using present continuous.
3. Make a poster explaining the use of present perfect, include pictures and examples.
4. Answer the test about ICSES

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdvtaZ4rBcsJfVHLPleRS6SsHKzCJgHwYe6sx1F6DqEAvBjbg/viewform?usp=header>

RUBRICA							
Criterios de Evaluación	Superior (90 – 100)	Alto (80 – 89)	Basico (65 – 79)	Bajo (15 – 64)	En Proceso (PI)	Firma estudiante	Firma acudiente
PARTICIPACIÓN EN CLASE.	Muestra interés en todas las clases y siempre está atento a participar y contribuir de manera positiva.	Participa constantemente y aporta de manera positiva al desarrollo de la clase.	Participa esporádicamente y muestra interés en las actividades desarrolladas en clase.	No muestra interés por las actividades propuestas y su participación es nula o deficiente.			
USO DEL VOCABULARIO Y ESTRUCTURAS GRAMATICALES EN PRESENTACIONES ORALES.	Usa y aplica eficazmente el vocabulario y gramática en todas las actividades en clase.	Usa y aplica correctamente el vocabulario y gramática en las diferentes actividades en clase.	Hace uso de manera básica del vocabulario y la gramática vista en clase.	No hace uso del vocabulario y las estructuras gramaticales aprendidas en clase.			
DESARROLLO DE TALLERES PREPARACIÓN PRUEBAS SABER.	Trabaja en el desarrollo de los talleres Prueba saber, de manera eficaz y haciendo uso de todas las estrategias vistas en clase.	Trabaja en el desarrollo de los talleres Prueba saber de manera constante y demuestra progreso en sus competencias de la lengua.	Trabaja en el desarrollo de los talleres Prueba saber, pero presenta algunas falencias a superar.	No trabaja en el desarrollo de los talleres Prueba saber.			
CREATIVIDAD, CALIDAD Y PULCRITUD EN LOS TRABAJOS.	Presenta trabajos pulcros y de calidad que denotan su interés y apropiación de la clase.	Presenta los trabajos con una buena calidad.	Realiza los trabajos con los mínimos requeridos.	La presentación de sus trabajos es deficiente.			
REPORTES DE COMPRENSIÓN LECTORA.	Lee los textos asignados en clase, es capaz de expresar y reportar correctamente su temática, así como de analizar el contenido de estos.	Lee los textos asignados en clase y sus reportes muestran un grado de profundidad y análisis.	Lee los textos asignados en clase y hace reportes básicos de estos.	No lee los textos asignados en clase, y/o el reporte de estos es deficiente.			

CUMPLIMIENTO NORMAS DE CLASE.	Cumple con todas las normas de clase mostrando respeto por esta.	Cumple con casi todas las normas de clase.	Cumple con algunas de las normas del aula de clase.	No acata las normas básicas del aula de clase.			
--	---	---	--	---	--	--	--



COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E D
“Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social”

PLAN DE MEJORAMIENTO
PRIMER TRIMESTRE - GRADO 11
ÁREA: HUMANIDADES - LENGUA CASTELLANA
DOCENTE: PAOLA ANDREA URREGO AGUILAR

Instrumento de evaluación: Sustentación y retroalimentación del Simulacro de Lectura Crítica – Módulo 1

La sustentación se desarrolla en coherencia con la planeación trimestral, específicamente en el eje de **análisis de textos y desarrollo de habilidades de lectura crítica**, permitiendo evidenciar el nivel de desempeño del estudiante frente a la comprensión de textos continuos y discontinuos.

Asimismo, la actividad integra un componente de **retroalimentación formativa**, en el cual el estudiante reconoce sus aciertos y dificultades, plantea estrategias de mejora y consolida aprendizajes a partir del análisis de las preguntas abordadas en el simulacro.

ACTIVIDAD: en una hoja examen responda los siguientes puntos:

1. Lea nuevamente los textos presentados en el simulacro y escriba un párrafo sobre lo que entendió de cada texto.
2. Justifique de manera argumentada cada una de las respuestas seleccionadas.
3. Identifique y analice cada uno de errores en las respuestas incorrectas que usted tuvo.
4. Escriba 3 estrategias de lectura crítica que crea importantes para mejorar sus resultados.
5. Presente con claridad y coherencia la sustentación oral.

RÚBRICA DEL PLAN DE MEJORAMIENTO				
Criterio	65 PUNTOS	59 PUNTOS	49 PUNTOS	15 PUNTOS
Comprensión e interpretación de textos	Interpreta de manera profunda los textos, identifica ideas explícitas e implícitas con precisión.	Interpreta adecuadamente los textos, con algunas imprecisiones menores.	Presenta comprensión parcial; identifica ideas básicas, pero con dificultades.	Evidencia escasa comprensión del texto y confusión en las ideas.
Justificación de respuestas	Argumenta de forma sólida, clara y coherente cada respuesta, sustentándola en el texto.	Justifica sus respuestas de manera adecuada, aunque con menor profundidad.	Presenta justificaciones simples o poco claras.	No logra justificar sus respuestas o lo hace de forma incorrecta.
Análisis de errores	Reconoce y explica con claridad sus errores, proponiendo mejoras concretas.	Identifica errores y plantea algunas formas de mejora.	Reconoce errores, pero con dificultad para explicarlos o corregirlos.	No identifica sus errores ni propone mejoras.
Uso de estrategias de lectura crítica	Aplica estrategias (inferencia, relación de ideas, análisis contextual) de manera efectiva.	Utiliza estrategias de lectura con cierta efectividad.	Aplica estrategias de forma limitada o inconsistente.	No utiliza estrategias de lectura crítica.
Sustentación oral	Se expresa con total claridad, coherencia y seguridad; discurso bien estructurado.	Se expresa de manera clara, con leves fallas de coherencia.	Presenta dificultades en claridad u organización de ideas.	Expresión confusa, desorganizada o incompleta.



CANAL DE
WHATSAPP

**PLAN DE MEJORAMIENTO MATEMÁTICAS
PRIMER TRIMESTRE**

GRADO UNDÉCIMO	JORNADA: TARDE	DOCENTE: SONIA GIL	FECHA:
-----------------------	-----------------------	---------------------------	---------------

Plan de Mejoramiento – Matemáticas 11°

Con el fin de nivelar y fortalecer las competencias en matemáticas correspondientes al primer trimestre, se ha diseñado un Plan de Mejoramiento enfocado en los temas abordados durante este periodo. Este plan tiene como propósito brindar una oportunidad de nivelación para superar las competencias no alcanzadas, mediante el desarrollo de ejercicios prácticos, el uso de herramientas digitales y la presentación de una evaluación tipo ICFES, promoviendo así el fortalecimiento de habilidades matemáticas, el razonamiento y la resolución de problemas.

¿En qué consiste el plan?

<p>1. Resolución de ejercicios en hojas Deberán desarrollar completamente el conjunto de ejercicios entregados en hojas cuadriculadas tamaño carta, mostrando todos los procedimientos y respuestas de forma organizada. Este trabajo debe realizarse con dedicación y de manera individual.</p>	<p>2. Actividad de fortalecimiento en plataforma virtual El estudiante deberá registrarse e ingresar a la plataforma <i>Khan Academy</i> mediante el enlace y el código de grupo proporcionados por la docente. Allí deberá desarrollar y completar los ejercicios asignados, evidenciando avance y cumplimiento dentro de los plazos establecidos. Adicionalmente, deberá seleccionar un ejercicio por cada tema asignado y presentarlo de forma escrita, incluyendo tema del ejercicio, enunciado del ejercicio, procedimiento detallado (paso a paso) y respuesta final El progreso en la plataforma y la evidencia escrita harán parte de la valoración del plan de mejoramiento.</p>	<p>3. Presentación de una evaluación tipo ICFES Una vez entregado el plan desarrollado, deberán presentar una prueba tipo ICFES relacionada con los temas trabajados. Esta evaluación permitirá medir el nivel alcanzado y determinar si han superado satisfactoriamente los logros del trimestre.</p>
---	--	---

Condiciones para aprobar el plan

- Entregar todos los ejercicios del plan resueltos, organizados y con procedimiento completo.
- Desarrollar y completar las actividades asignadas en la plataforma *Khan Academy*.
- Presentar la evidencia escrita de un ejercicio por cada tema trabajado.
- El plazo es de **15 días calendario** y las entregas se realizarán únicamente en clase de matemáticas.
- Presentarse a la evaluación con puntualidad.
- Obtener una calificación mayor a **65** en la prueba final.

Recuerden: Este plan es una oportunidad para fortalecer sus aprendizajes y alcanzar los objetivos propuestos en el área. La dedicación, el compromiso y la responsabilidad serán fundamentales para lograrlo.

EJERCICIOS ASIGNADOS



1. La cámara de comercio de Bogotá desea establecer el carácter de los últimos 75 nuevos negocios abiertos en la ciudad. Para ello clasificó cada uno de estos en S: servicios, A: alimentos, R: vestuario, L: bienes de lujo, D: deportivos, O: otros. Los resultados obtenidos fueron:

S	S	A	R	R	A	D	A	A	O	A	S	O
A	S	A	S	A	S	D	O	D	O	A	D	L
A	A	A	D	R	S	R	O	A	R	S	R	S
A	L	D	A	A	S	O	S	L	S	A	O	R
O	R	S	R	R	O	R	A	A	D	D	S	A
D	L	L	A	D	R	A	O	A	S			

- ¿Cuál es la población del estudio?
 - ¿Cuál es la muestra del estudio?
 - ¿Qué tipo de variable se estudia en esta situación?
 - ¿La tabla de frecuencia que se debe construir es para datos agrupados o no agrupados?
 - Construya la tabla de frecuencias
 - Represente la información en un diagrama de barras y en un diagrama circular.
 - Escriba dos conclusiones
2. Los estudiantes de grado undécimo de un colegio distrital presentaron las pruebas Saber 11 aplicadas por el ICFES en el año 2024. A continuación, se muestran los resultados globales obtenidos por los 112 estudiantes del grado once.

297	272	188	279	276	267	340	220	253	288	288	311	283	228
273	289	243	288	235	229	213	347	185	285	286	247	314	317
261	275	215	280	270	200	283	295	333	287	245	209	352	191
247	319	267	262	310	284	275	245	250	312	300	230	297	228
278	258	273	320	233	289	274	259	234	273	279	275	340	315
316	258	222	196	232	264	240	218	231	333	253	227	308	208
291	190	317	240	247	230	277	248	286	263	217	312	267	300
288	339	259	172	208	280	207	234	312	206	183	341	309	276

- A. ¿qué tipo de variable estadística se está analizando, cualitativa nominal, cualitativa ordinal, cuantitativa discreta o cuantitativa discreta? Justifique su respuesta.
- B. Construya la tabla de frecuencias con 5 intervalos para los datos indicados siguiendo estos pasos:
- Ordene los datos de menor a mayor.
 - Hallar el rango(R): $R = \text{Valor máximo} - \text{Valor mínimo}$.
 - Número de intervalos (K). Utilice 5 intervalos $K=5$



- *Determinar la amplitud de clase (A): $A = R/K$*
- *Hallar el límite inferior y superior de cada clase, así como las marcas de clase.*
- *Complete la tabla:*

Intervalos	Marca de Clase	Frecuencia absoluta	Frecuencia acumulada	Frecuencia relativa	Frecuencia relativa acumulada	Frecuencia porcentual	Frecuencia porcentual acumulada
TOTAL							

C. Represente la información en un histograma y en una ojiva.

3. Actividad de fortalecimiento académico y nivelación en plataforma virtual:

Con el fin de reforzar las competencias matemáticas, el estudiante deberá registrarse e ingresar a la plataforma *Khan Academy* mediante el enlace <https://www.khanacademy.org/join> y el código **JNAN7GT9**, para unirse al curso *Plan de Mejoramiento Primer Trimestre G11 2026*. Allí deberá desarrollar y completar los ejercicios asignados, evidenciando avance y cumplimiento dentro de los plazos establecidos.

Adicionalmente, deberá seleccionar **un ejercicio por cada tema asignado** y presentarlo de forma escrita, incluyendo:

- Tema del ejercicio
- Enunciado del ejercicio
- Procedimiento detallado (paso a paso)
- Respuesta final

El cumplimiento de esta actividad será verificado a través del progreso registrado en la plataforma y la revisión de la evidencia escrita, los cuales harán parte de la valoración del plan de mejoramiento.



Criterio	RUBRICA					Firma Estudiante	Firma Acudiente
	Superior (90-100)	Alto (80-89)	Básico (65-79)	Bajo (15-64)	En Proceso (PI)		
Comprensión conceptual	Demuestra dominio de los conceptos relacionados con la organización e interpretación de datos, cálculo de perímetros y áreas, y manejo de los números reales, estableciendo relaciones y aplicándolos correctamente en diferentes contextos.	Comprende los conceptos y los aplica correctamente en la mayoría de las situaciones propuestas.	Reconoce los conceptos básicos, pero presenta imprecisiones en su aplicación.	Evidencia un nivel insuficiente en la comprensión y aplicación de los conceptos trabajados.	Reconoce de manera parcial los conceptos, pero presenta vacíos que limitan su aplicación.		
Procedimientos y cálculos	Ejecuta procedimientos de manera precisa, ordenada y eficiente en operaciones con números reales, regla de tres y cálculo de perímetros y áreas, justificando cada paso. Evidencia uso autónomo, consistente y efectivo de la plataforma <i>Khan Academy</i> , cumpliendo con las actividades asignadas y mostrando avance significativo.	Aplica procedimientos adecuados con pocos errores. Hace uso de la plataforma <i>Khan Academy</i> y evidencia avances en las actividades asignadas.	Aplica procedimientos básicos con errores frecuentes. El uso de <i>Khan Academy</i> es limitado o incompleto.	Presenta dificultades en los procedimientos y errores recurrentes. No evidencia uso adecuado de la plataforma o su avance es mínimo.	Realiza procedimientos con ayuda y presenta errores. Requiere acompañamiento para el uso de <i>Khan Academy</i> y el desarrollo de las actividades.		
Interpretación y análisis de datos	Analiza e interpreta correctamente tablas de frecuencia y gráficos estadísticos, argumentando conclusiones con base en los datos.	Interpreta datos de forma adecuada, con argumentaciones sencillas.	Presenta dificultades para interpretar datos y conclusiones.	Muestra bajo desempeño en la interpretación de la información.	Requiere apoyo para interpretar y analizar datos correctamente.		
Representación matemática	Representa adecuadamente la información mediante tablas, gráficos estadísticos y representaciones geométricas, manteniendo coherencia.	Realiza representaciones adecuadas con algunas imprecisiones.	Representa de forma limitada y con errores.	Presenta dificultades significativas en las representaciones.	Requiere apoyo para representar la información correctamente.		
Argumentación matemática	Sustenta sus respuestas con argumentos lógicos, claros y coherentes, utilizando lenguaje matemático adecuado.	Argumenta sus respuestas con algunas debilidades.	Presenta argumentaciones básicas y poco claras.	Argumentación poco clara y con escaso uso del lenguaje matemático.	Requiere acompañamiento para construir argumentos coherentes.		
Manejo de conflictos en el trabajo matemático	Gestiona los desacuerdos de manera autónoma, respetuosa y constructiva.	Maneja conflictos con respeto, con apoyo ocasional.	Presenta dificultades para manejar desacuerdos.	Requiere mediación constante.	Presenta dificultades para el diálogo y requiere apoyo docente.		





SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN

BOGOTÁ

COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRAS I.E.D
"Ciudadanos activos y competentes para el liderazgo y la transformación social"



	<p style="text-align: center;">COLEGIO JOSÉ FRANCISCO SOCARRÁS I.E.D.</p>	<p style="text-align: center;"><i>Ciudadanos Activos y Competentes para el Liderazgo y la Transformación Social</i></p>	
<p>Plan de Mejoramiento primer trimestre Docente: Andres Castañeda Nieto Jornada: Tarde Grado Once</p>			

Actividad # 1:

Diseñar una **Revista Digital** en la plataforma “CALAMEO” sobre los siguientes operadores mecánicos (Rueda, La polea, Rueda dentada, La leva, La palanca, Plano inclinado, Cuña, Cremallera, Tornillo sin fin, Excéntrica, Manivela, Cigüeñal, Biela); donde indique su descripción, imagen a color, utilidad, ventajas, desventajas y cálculos matemáticos.

Condiciones:

- Título: REVISTA DE OPERADORES MECÁNICOS
- EL trabajo debe ser realizado de forma individual
- Debe ser creativo
- Como último capítulo de la revista debe, Diseñar y resolver 5 ejercicios matemáticos de palancas.
- Entregar en la fecha indicada y por medio de un código QR al correo profeandresifs@gmail.com
- Puede plantear la utilización de otra plataforma, en común acuerdo con el docente.

Actividad # 2:

Instrucciones:

Reto personal:

Imagina que eres **consultor energético** y se te ha pedido diseñar una **propuesta de sistema solar fotovoltaico** para resolver una necesidad energética. Puedes escoger uno de los siguientes escenarios:

1. Una vivienda aislada sin conexión eléctrica.
2. Una pequeña empresa que desea reducir su consumo de red eléctrica.
3. Un colegio rural que necesita energía para computadoras y luces.
4. Una estación de monitoreo ambiental en una zona remota.

Tu trabajo consistirá en:

1. **Describir brevemente el caso elegido.**
 - Ubicación, necesidad energética, condiciones del lugar.
2. **Explicar el funcionamiento básico de un sistema solar fotovoltaico.**
 - Componentes (panel, inversor, batería, controlador).
 - Esquema o dibujo (puede ser hecho a mano o digital).
3. **Diseñar una propuesta técnica.**
 - Número estimado de paneles.
 - Tipo de batería (si aplica).

- Cantidad de energía diaria esperada.
 - Justificación técnica simple (en base a datos básicos de consumo).
4. **Evaluar tu propuesta.**
- **Ventajas y desventajas.**
 - Posibles **obstáculos** (clima, costo, mantenimiento).
 - **Beneficio ambiental.**
5. **Conclusión personal:**
- ¿Crees que la energía solar es viable en este caso?
 - ¿Qué aprendiste del proceso?
-

Formato de Entrega

- Presentación en una herramienta digital como PREZI.
 - Debe incluir: texto, imágenes, esquemas, tablas comparativas (si es necesario).
 - Entregar en la fecha indicada y por medio de un código QR al correo profeandresifs@gmail.com
 - Puede plantear la utilización de otra plataforma, en común acuerdo con el docente.
-

Actividad # 3:

Diseñar una **infografía** en tamaño pliego sobre **Energía Solar Fotovoltaica** que debe contener:

Que es la energía solar fotovoltaica, como se genera, paneles solares, componentes de una instalación solar, aplicaciones de la energía fotovoltaica, desarrollo de la energía fotovoltaica en el mundo, componentes de una planta solar fotovoltaica, Eficiencia y costos, Beneficio medioambiental, Ventajas y desventajas.

Formato de Entrega

- Tamaño pliego.
 - Debe incluir: texto, imágenes, esquemas.
 - Hecho a mano
 - Entregar en la fecha indicada
-

Sugerencias para el estudiante

- Tutorial Calameo: <https://youtu.be/mDqANJG89n4>
- Como hacer un código QR: <https://youtu.be/RWdNVCa4KMM>
- Puedes usar herramientas como:
 - https://re.irc.ec.europa.eu/pvg_tools (estimador solar)
 - Calculadoras solares online (Solar Calculator, EasySolar, etc.).
- Usa imágenes reales de paneles solares y baterías (puedes citar la fuente).
- Si no sabes calcular consumos eléctricos, haz una estimación simple con ejemplos (una lámpara de 10W usada 5 horas = 50Wh diarios).

Rubrica Actividad 1: Revista Digital

Criterio	Superior	Alto	Básico	Bajo
Dominio conceptual	Todos los operadores explicados correctamente con lenguaje técnico	Mayoría correctos	Parcial con errores	Errores graves
Requisitos	100% de elementos incluidos	≥80%	50–79%	<50%
Cálculos	5 correctos con procedimiento	4 correctos	2–3 correctos	0–1 correcto
Diseño	Excelente organización y claridad	Organizado	Básico	Desordenado
Herramienta digital	Uso avanzado de Calaméo	Uso adecuado	Uso limitado	No cumple

Rubrica Actividad 2: Sistema Solar

Criterio	Superior	Alto	Básico	Bajo
Contexto	Describe ubicación, necesidad y condiciones	Describe 2 aspectos	Describe 1 aspecto	No contextualiza
Sistema	Explica todos los componentes correctamente	Explica la mayoría	Incompleto	Incorrecto
Diseño técnico	Coherente con estimaciones	Lógico	Débil	Incoherente
Análisis	≥3 ventajas/desventajas bien argumentadas	Algunas	Superficial	Ausente
Conclusión	Reflexión crítica	Clara	Simple	Ausente
Presentación	Excelente uso de Prezi u otra	Clara	Básica	Desorganizada

Rubrica Actividad 3: Infografía

Criterio	Superior	Alto	Básico	Bajo
Contenido	Todos los temas incluidos	Mayoría	Incompleto	Muy limitado
Organización	Excelente distribución visual	Buena	Básica	Desordenada
Creatividad	Muy innovadora	Creativa	Poco creativa	Sin creatividad
Claridad	Muy clara y comprensible	Comprensible	Confusa	Difícil
Presentación	Muy limpia y cuidada	Buena	Regular	Descuidada



Actividad Nivelatoria Primer Período – Filosofía- Grado Once – Jornada Tarde

Responder en hojas y estudiar para sustentación:

1. Investigue y explique de manera clara y con sus palabras qué es la percepción. Elabore junto con ello un gráfico a mano explicativo
2. Investigue y explique de manera clara qué es el conocimiento. Elabore junto con ello un gráfico a mano explicativo
3. Con base en lo anterior, explique de manera clara y con sus propias palabras cómo se relaciona la percepción y el conocimiento. Junto con ello elabore un gráfico a mano explicativo
4. ¿Por qué es difícil y qué preguntas plantea la distinción entre percepción y realidad? Explíquelo de manera clara con sus propias palabras
5. Investigue y dibuje 5 ilusiones ópticas. ¿Cómo se explican estas ilusiones? Por último, lea muy bien y resuma con sus palabras el siguiente texto:

Tener una alucinación es tener una experiencia de algo (ver, oír o sentir algo) que realmente no existe. Descartes en el siglo XVII, analizó el fenómeno de las extremidades fantasma: la alucinación sorprendente, aunque bastante común, que experimentan los amputados cuando sienten no sólo la presencia del miembro amputado, sino también picores y dolores en esa parte del cuerpo.

Descartes utilizó la campanilla como una analogía para explicar esta alucinación. Antes de que hubiera timbres eléctricos, Intercomunicadores o teléfonos celulares, las grandes casas poseían unos complejos sistemas de cables y poleas que permitían llamar a los sirvientes desde cualquiera de las habitaciones de la casa. Un firme tirón del cordón de terciopelo que colgaba de un agujero en la pared era suficiente para tirar de un cable que, gracias a un sistema de poleas, estaba conectado a una campanilla numerada en los cuartos del servicio. Cada vez que una de esas campanillas sonaba, el mayordomo sabía que se requería de sus servicios en el dormitorio del señor, en el salón o en la sala de billar. Estos sistemas funcionaban muy bien, pero estaban hechos a la medida de cualquier bromista; un tirón del cable del salón en cualquier punto de su recorrido era suficiente para que el mayordomo corriera hacia allí, comprobara que la habitación estaba vacía y se quedara con la duda de si había sido llamado o no; una especie de pequeña alucinación.

Similarmente, Descartes pensó que, dado que las experiencias son causadas por complicadas cadenas de eventos en el sistema nervioso que terminan en el centro de control de la mente consciente, si fuera posible intervenir en algún punto de esta cadena, un tirón en el punto apropiado de los nervios produciría exactamente la cadena de eventos que causaría la experiencia real de algo, lo cual, a su vez, produciría en el punto de recepción de la mente exactamente los mismos efectos que una percepción consciente. El cerebro, en un descuido, engaña a la mente. Esta fue la explicación que dio Descartes al fenómeno de los miembros fantasma y, en general, a cualquier alucinación. **Tomado y adaptado de Dennett, D. (1995), *La consciencia explicada. Una teoría interdisciplinar*. Barcelona**



CANAL DE
WHATSAPP



Rúbrica de evaluación:

Aprobado	No aprobado
El estudiante presenta de manera ordenada y completa todo el desarrollo del plan, con las especificaciones exigidas	El estudiante no presenta o presenta de manera incompleta el plan, sin las especificaciones exigidas
El estudiante aprueba la evaluación del contenido del plan, demostrando una comprensión del mismo	El estudiante no aprueba la evaluación del contenido del plan, al no mostrar una comprensión del mismo



CANAL DE
WHATSAPP