



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RUFINO JOSÉ CUERVO CENTRO

ÁREA DE LENGUA CASTELLANA – 2021

PROFESOR. JAIME ALEXÁNDER ARIAS SUÁREZ

PLAN DE NIVELACION Y SUPERACIÓN DE LOS DESEMPEÑOS BAJOS

2DO. PERIODO – GRADO 10 – C, D y E

1. **EL ESTUDIANTE DEBERÁ PRESENTAR UN TEXTO EXPOSITIVO ACERCA DEL TEMA “EL TRABAJO INFANTIL EN EL MEDIO ORIENTE”. EL CUAL DEBERÁ SER REDACTADO CON SUS PROPIAS PALABARA. LA CALIGRAFÍA DEBE SER CLARA Y ENTENDIBLE, SIN ERRORES ORTOGRÁFICOS O DE PUNTUACION.**
 - 1.1 ESTE PRIMER PUNTO DEBERÁ SER ENTREGADO EN FORMATO DE PRESENTACION EJECUTIVA. (CARPETA BLANCA, PORTADA, CONTRAPORTA, INDICE, OBJETIVO, DESARROLLO DEL TALLER, CONCLUSIÓN Y REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS)
 - 1.2 NO PUEDE SER HECHO A COMPUTADOR. DEBERÁ SER ESCRITO A LAPICERO Y DEBIDAMENTE CARACTERIZADO.
 - 1.3 LA FECHA DE ENTREGA SERÁ PARA EL 15 DE JULIO DEL 2019.
 - 1.4 NO SE ACEPTARÁ INCOMPLETO O CON OTRAS CARACTERÍSTICAS DE PRESENTACIÓN.
2. **REALIZAR UNA INFOGRAFÍA DEL TEXTO: “¿QUÉ ES EL ATLTISMO?”. PONLE ARTE, COLOR Y VIDA A TU IMAGINACIÓN.**
3. **REALIZA UNA INFOGRAFÍA DEL TEMA: “LOS ANIMALES MÁS PELIGROSOS DEL MUNDO MARINO”. PONLE ARTE, COLOR Y VIDA A TU IMAGINACIÓN.**
4. **ELABORA UN FOLLETO ACERCA DE LAS EMPRESAS DE TELECOMUNICACIONES QUE OPERAN DE MANERA NACIONAL (CLARO, TIGO, MOVISTAR, ETB, AVANTEL, ETC), ESCRIBE SUS CARACTERÍSTICAS Y ELEMENTOS PONLE COLOR Y VIDA A TU IMAGINACIÓN.**
5. **EN UN PLIEGO DE CARTULINA BLANCA, PAPEL BON O PERIÓDICO; ELABORA UN AFICHE EN DONDE SE EVIDENCIE LAS BONDADES Y LOS VALORES DE TU HOGAR. EN ÉL, EXPLICA QUÉ ES LA FAMILIA**
6. **EL ESTUDIANTE PRESENTARÁ UNA EVALUACION TENIENDO EN CUENTA LAS CARACTERÍSTICAS TEMATICAS DEL PERIODO. (TEMAS ORIENTADOS EN LAS TRES GUÍAS DEL 2DO.PERIODO)**
 - 6.1 LA EVALUACIÓN DE REALIZARÁ EN 03 DE SEPTIEMBRE DEL 2021 PARA LA BURBUJA 2.
 - 6.2 LA EVALUACIÓN DE REALIZARÁ EN 07 DE SEPTIEMBRE DEL 2021 PARA LA BURBUJA 1.



SI HAY ALGÚN CAMBIO EN LAS FECHAS, EL DOCENTE INFORMARÁ AL GRUPO.

NOTA: PARA QUE SEA VALORADO EL TRABAJO, DEBE ESTAR TODO TERMINADO. NO SE RECIBE L ACTIVIDAD POR PARTES Y SE DEBE ENTREGAR CUANDO SE PRESENTE PARA LA EVALUACIÓN ESCRITA.

¿QUÉ ES ATLETISMO?

La palabra atletismo proviene del vocablo griego atletas y tiene como significado todo individuo que compite con el fin de obtener un reconocimiento. Conocido como el deporte de mayor antigüedad, con una estructura sólida y organizada, el atletismo consiste en un conjunto de pruebas de carácter deportivo basadas en carreras, saltos y lanzamientos.

El atletismo encuentra su origen en los juegos que se hacían en el espacio público de Grecia y Roma. Comúnmente se dice que el atletismo es el “deporte natural” que implica lo básico de la acción humana en relación a lo necesario para el desarrollo humano. Es decir, hace referencia a la necesidad humana de correr, saltar y lanzar, de hacer ejercicio como parte de las necesidades de nuestro cuerpo.

El atletismo reúne sobre un mismo estadio, como se hacía en la antigüedad, las carreras y concursos divididos según tipo de ejercicio. La realización de estas actividades atléticas conlleva la ejercitación muscular empleando principalmente la fuerza.

LAS PRINCIPALES PRUEBAS ACTUALES SON:

- I. Carreras de diferentes metros de duración,
- II. Maratones que se miden según los kilómetros del trayecto,
- III. Marcha,
- IV. Saltos en altura, longitud y salto triple,
- V. Lanzamientos peso, martillo, disco y jabalina,
- VI. Decatlón y pentatlón, pruebas que combinan a distintas actividades.

DISCIPLINAS DEL ATLETISMO PROFESIONAL

Las pruebas que contiene una competición de atletismo profesional son:

Carreras de velocidad.

Son una de las pruebas más conocidas en el atletismo y que se han encontrado en toda competición de atletismo desde sus comienzos. Consiste en el recorrido de un espacio que varía de 100 metros a 400 metros, en el menor tiempo posible.

Carreras de fondo.

Las carreras de fondo son pruebas que consisten en un recorrido de espacio superior a los 3000 metros de distancia. Un fondista debe tener capacidades bien desarrolladas que le permitan poseer resistencia física, resistencia a la fatiga y resistencia al dolor.

Carreras de media distancia.

Estas carreras reciben este nombre ya que la distancia que se debe recorrer se encuentra en el punto intermedio entre las carreras de velocidad y las fondistas. Consisten en el recorrido de un espacio con una distancia de entre 800 metros y 3000 metros.

Carreras en rutas o calles.

No se reconocen como disciplina en los Juegos Olímpicos u otras competiciones. Consiste en el recorrido de una distancia determinada fuera de la pista o estadio de atletismo. En su lugar, su recorrido se concreta en rutas, carreteras o calles de un pueblo o ciudad.

Carreras campo a través.

Si bien en la actualidad no es una prueba que se encuentre en los Juegos Olímpicos, sí lo fue en ediciones anteriores. Consiste en el recorrido de una distancia dentro de un circuito natural sin rasgos urbanos. Hay modalidades individuales o por equipos.

Salto de vallas.

Esta prueba se atribuye a los británicos y consiste en el salto de vallas dentro de una distancia determinada.

Carrera hacia atrás.

Si bien no es considerado un deporte olímpico, la práctica de correr en sentido opuesto últimamente es ejercida por muchos deportistas.

Salto con pértiga.

También conocido como salto con garrocha, es un deporte que consiste en pasar por arriba una barra horizontal mediante el uso de una pértiga y el impulso conseguido luego de recorrer una distancia de 30 metros.

Salto de longitud.

Esta disciplina tiene como fin el lograr marcar la máxima distancia luego de un salto sobre un espacio horizontal, a través del impulso conseguido por un recorrido determinado.

Lanzamiento de peso.

Consiste en el lanzamiento de una bola por parte de un competidor con el fin de lograr una distancia máxima.

Lanzamiento de disco.

Consiste en el lanzamiento de un objeto con forma circular y de peso pronunciado hacia una distancia máxima.

Lanzamiento de jabalina.

Se basa en el lanzamiento de una jabalina hecha con material autorizado lo más lejos posible.

LOS ANIMALES MÁS PELIGROSOS DEL MUNDO MARINO

El mundo acuático se caracteriza por ser un inmenso y misterioso ecosistema, en el que los seres vivos que habitan en él se funden y proporcionan un equilibrio natural sencillamente maravilloso. Dentro de este ecosistema podemos encontrar una gran cantidad de especies marinas, muchas aún desconocidas, y algunas de ellas potencialmente muy peligrosas.

A continuación, mostraremos **algunos de los animales más peligrosos del mundo marino, bien sea por su veneno o por su voracidad.**

1. Tiburón blanco

Al pensar en un animal marino peligroso, **enseguida nos viene en mente el gran tiburón blanco (*Carcharodon carcharias*)**. Con una poderosa mandíbula provista de centenares de dientes en forma de cuchillo, es el tiburón potencialmente más peligroso, junto con el tiburón tigre (*Galeocerdo cuvieri*) y el tiburón toro o sarda (*Carcharhinus leucas*).

También denominado “muerte blanca” en otras épocas, el tiburón blanco es un tiburón que, **sin embargo, provoca sólo unos 10 ataques mortales a lo largo del año y suelen ser por confusión**. El tiburón blanco puede medir entre 5 y 6 metros (hasta 8 incluso) y su dieta, aparte de peces, también incluye leones marinos por lo que a veces confunden a algún surfista con una foca o un león marino. **Sin duda es uno de los animales más peligrosos del mundo marino, pero no tanto para los humanos.**

2. Serpiente de mar

Las serpientes de mar como *Laticauda colubrina*, también **conocidas como “cobras marinas”, son las serpientes con el veneno más potente del mundo animal**, incluso más que las serpientes taipán, sus parientes terrestres.

Viven en las aguas de los océanos Índico y Pacífico, y se alimentan básicamente de peces, moluscos y crustáceos.

No suelen ser animales agresivos, ya que **sólo atacan cuando se les provoca o se sienten amenazadas**. Su picadura produce dolor muscular, somnolencia, visión borrosa e incluso parálisis respiratoria. Sin embargo, al tener unos dientes tan pequeños, su veneno no suele atravesar un traje de neopreno un poco grueso y llegar a nuestra piel.

3. Avispa de mar

Las avispas de mar, **originariamente llamadas “cubozoos” son un tipo de medusas cuyas picaduras son mortales si entran en contacto con nuestra piel.**

Un hecho llamativo es que este animal provoca más muertes que todas las especies marinas juntas, por ello es considerado como uno de los animales más peligrosos del mundo acuático.

Esta medusa posee el veneno más mortal del mundo, e incluso, un simple roce con nuestra piel puede provocarnos un paro cardíaco en tres minutos.

4. Pulpo de anillos azules

Los pulpos de anillos azules (*Hapalochlaena*) son del tamaño de una pelota de golf, sin embargo, portan veneno suficiente para quitar la vida a varias personas. No hay antídoto efectivo para su veneno.

El veneno producido por estos pulpos contiene tetrodotoxina, una neurotoxina también presente en el pez globo o en las ranas venenosas de dardo. **La tetrodotoxina, unas 1200 veces más potente que el cianuro, es creada por una bacteria en las glándulas salivales del pulpo y causa parálisis motriz.**

5. Pez globo

El pez globo, así denominado por su capacidad para hincharse de agua cuando se siente amenazado, contiene veneno en distintas partes de su cuerpo, como el hígado, la piel, las gónadas (órganos reproductores) y las vísceras. **A menudo conocido con el nombre japonés *Fugu*, este pez contiene toxina suficiente para matar a 30 personas**, aún así, en Japón es considerado una delicia. Sólo los chefs con licencia especial pueden preparar y vender fugu al público.

La tetrodotoxina paraliza los músculos mientras la víctima permanece completamente consciente, hasta que finalmente muere por asfixia. Como curiosidad, se puede citar su uso como veneno utilizado en la zombificación realizada en Haití. Los chamanes la usan en pequeñas dosis para producir ese estado de sumisión, produciendo sobre el individuo grandes secuelas.

6. Pez león

El pez león (*Pterois volitans*) nos advierte de su toxicidad con su vistosa coloración que combina líneas blancas y marrones. Posee unas aletas pectorales y dorsales ampliamente desarrolladas con unas largas espinas con aspecto de pluma que le dan un aspecto parecido a los dragones chinos. Posee unas glándulas venenosas en la base de estas espinas y la picadura puede ser sumamente dolorosa.

7. Pez piedra

Por último, una especie marina que se **camufla a la perfección entre las rocas y de las más peligrosas del mundo marino** debido a la venenosidad que lo caracteriza.

El pez piedra (*Synanceia verrucosa*), el pez más venenoso del mundo, con **un veneno 200 veces más potente que el de la serpiente cobra y que afecta el sistema nervioso**. Su potente veneno, unido a la gran capacidad de mimetización con el entorno submarino, supone una amenaza para todo aquel que esté cerca.

Su picadura puede provocar la muerte en pocas horas y si se tiene la suerte de poder evitarla, la curación puede ser muy lenta y conllevar algunos meses. Hay que tratar las heridas inmediatamente con agua caliente y con un antídoto específico que sólo se elabora en Melbourne, Australia, que neutraliza la toxina. **Sin duda uno de los animales marinos más peligrosos del mundo.**