



Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO

PLANEACIÓN SEMANAL 2019



Área:	EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA
Periodo:	TRES	Grado:	TERCERO
Fecha inicio:	JULIO 8 DE 2019	Fecha final:	SEPTIEMBRE 13 DE 2019
Docente:	Gloria Elena Montoya Cadavid	Intensidad Horaria semanal:	2

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo aplico las habilidades que desarrollo con las pruebas atléticas en mi entorno escolar y social?

COMPETENCIAS:

- ✓ Actúa con responsabilidad y respeto en las diferentes actividades de la vida cotidiana.
- ✓ Reconoce la importancia de relacionarme con otras personas de manera pacífica sin recurrir a la violencia.
- ✓ Relaciona el deporte y la actividad física sistémica con los estilos de vida saludable.
- ✓ Identifica su esquema corporal y la importancia del auto cuidado.

ESTANDARES BÁSICOS: Realizo tareas individuales y colectivas que desarrollan la coordinación utilizando diferentes elementos.

Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo para mantener el equilibrio estático y dinámico haciendo giros sobre los ejes longitudinal, transversal y anteroposterior

Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de locomoción para desarrollar habilidades atléticas.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1	Presentación del área. Expresión corporal Julio 15	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar la portada y decorar. • Consignar en el cuaderno los referentes temáticos del periodo, competencia, indicadores de desempeño y criterios evaluativos. • Pauta de trabajo. • Actividades prácticas de expresión corporal. • Rollitos, Caminar en pies y manos hacia atrás, Desplazamiento en diferentes velocidades, en curvas, en forma de figuras geométricas, seguimiento de movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lazos • Aros • Conos • Bastones • Balones • Colchonetas • Cuaderno • Polideportivo 		<p>-Demuestra sus habilidades y destrezas en forma segura con relación a la de sus compañeros, a través de actividades recreativas, lúdicas y deportivas.</p> <p>-Describe trayectorias y distancias en diferentes direcciones con la ayuda de elementos.</p> <p>-Ejecuta juegos y actividades que requieren de coordinación dinámica general y segmentaria en forma segura y precisa.</p>
2	Prueba atlética Julio 15	<ul style="list-style-type: none"> • Juego de rondas como el gato y el ratón, jugo de limón, pañuelito. • Actividades de atletismo. • Relevos. • Competencias. • MI DEBER: Elaboro para la semana 8 un álbum creativo con diferentes deportes, una corta explicación a mano y láminas.(20) 		Agilidad en prueba atlética	
3	Movimiento rítmico Julio 22	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Rondas. • Trabajo dirigido con desplazamientos en diferentes velocidades y direcciones. • Juego libre. 		Práctica de movimientos rítmicos	
4	Coordinación segmentaria	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Trabajo dirigido. 			

	Julio 29	<ul style="list-style-type: none"> • Salto con lazo individual y en parejas. • Trabajo de equilibrio con bastones. • Actividades con aros. 			
5	Actividades lúdicas Agosto 5	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Rondas. • Trabajo dirigido de relevos por equipos. • Juego libre con balones. 			
6	Gimnasia Agosto 12	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Trabajo dirigido de equilibrio y coordinación usando bastones y aros. • colchonetas, lazos. 		Evaluación práctica de coordinación y equilibrio.	
7	Día festivo Agosto 19	<ul style="list-style-type: none"> • No hay clase. 			
8	Coordinación en desplazamiento Agosto 26	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Practicar baloncesto, voleibol y fútbol por equipos. • Pivotar el balón. • Encestar el balón. 		Álbum de deportes.	
9	Semana institucional Septiembre 2	<ul style="list-style-type: none"> • Participar de las actividades con buena disposición. 			
10	Juego libre con balones y juguetes Septiembre 9	<ul style="list-style-type: none"> • Rondas. • Juego libre. 			

OBSERVACIONES:

ÁREAS O ASIGNATURAS COMPLEMENTARIAS

CRITERIOS EVALUATIVOS

1. Trabajo en equipo.
2. Participación en clase y respeto por el otro.
3. Trabajo individual y grupal de manera responsable y eficaz.
4. Manejo eficiente y eficaz del trabajo.

INFORME PARCIAL		INFORME FINAL			
Actividades de proceso 90 %		Actividades de proceso 90 %		Actitudinal 10 %	
				Autoevaluación	Coevaluación
Semana 2.	Semana 4.	Semana 6.	Semana 8.	Semana 9	Semana 9
Agilidad en prueba atlética	Práctica de movimientos rítmicos	Evaluación práctica de coordinación y equilibrio.	Álbum de deportes.		