

	Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO			
	PLANEACIÓN SEMANAL 2019			
Área:	Educación física, recreación y deportes	Asignatura:	Educación física	
Periodo:	02	Grado:	05	
Fecha inicio:	02/04/19	Fecha final:	14/06/19	
Docente:	Mario A. González Cáliz	Intensidad Horaria semanal:	02	

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo desarrollar en los niños y las niñas el esquema corporal y los diferentes pre deportivos a través de la educación física a la vez que sean utilizándolos como un medio de socialización con los demás y el medio que los rodea?

COMPETENCIAS:

- Los juegos y deportes en la naturaleza y los contenidos actitudinales asociados a los mismos.
- Adquisición de hábitos saludables de ejercicio físico.
- Percepción del espacio físico en el que nos movemos y la habilidad para interactuar con él: moverse en él, orientarse y resolver problemas en los que intervengan los objetos y su posición.
- Conocimiento y valoración de los beneficios para la salud; de la actividad física, de la higiene, la corrección postural y la alimentación equilibrada.
- Riesgos asociados al sedentarismo, al consumo de sustancias tóxicas o al abuso del ocio audiovisual.
- Adquisición de hábitos saludables y de mejora y mantenimiento de la condición física.
- Valoración de la actividad física, como alternativa de ocupación del tiempo de ocio.

ESTANDARES BÁSICOS:

- Relaciona la importancia de las habilidades de atletismo en la aplicación a la mayoría de deportes de individuales y de conjunto.
- Proporciona posturas adecuadas para la ejecución de los fundamentos técnicos del atletismo.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1 08/04/19	Inducción de temas y subtemas del periodo.	<ul style="list-style-type: none"> - Temas y subtemas del periodo. - Realizar portada del periodo. - Explicación de las actividades prácticas y teóricas del periodo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aula de clase. - Video beam - Patio general. 	<ul style="list-style-type: none"> - Escribe en el cuaderno los temas y subtemas del periodo. - Escribe en el cuaderno el logro general del periodo. - Participa de la práctica gimnastica de diagnóstico general en el patio principal. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferencia los temas y subtemas del periodo. - relaciona con la práctica los temas y subtemas del periodo. Participa de la clase dando a conocer su punto de vista de los temas en cuestión.
2 29/04/19	Generalidades del atletismo (Carreras)	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de la técnica para una adecuada postura en atletismo. - Activación dinámica general. - Práctica de las actividades atléticas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Unidad deportiva tulio Ospina. - Centro recreativo. - Canchas auxiliares. 	<p>Técnica de las posturas para una salida en atletismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de la práctica individual y en equipos. - Actitudes durante toda la clase. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferencia las posturas de salida de cuerdo al tipo de carrera. - Asocia las posturas básicas con su capacidad corporal. - Participa de las prácticas de atletismo en una adecuada postura individual.
3 06/04/19	Generalidades del atletismo (Saltos técnica y movimientos)	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de la técnica para una adecuada para la ejecución de los saltos. - Activación dinámica general. - Práctica de las actividades atléticas relacionas con los saltos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Unidad deportiva tulio Ospina. - Centro recreativo. - Canchas auxiliares. 	<p>Técnica de las posturas para realización de los saltos.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de la práctica individual y en equipos. - Actitudes y aptitudes en las actividades atléticas (saltos). 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferencia las posturas para la ejecución de los saltos. - Asocia las posturas básicas con su capacidad corporal. - Participa de las prácticas de atletismo en una adecuada postura individual. (saltos)

<p>4 13/05/19</p>	<p>Generalidades del atletismo (Reptaciones)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de la técnica para una adecuada para la ejecución de los Reptaciones. - Activación dinámica general. - Práctica de las reptaciones a manera de simulacro militar. 	<ul style="list-style-type: none"> - Unidad deportiva tulio Ospina. - Centro recreativo. - Canchas auxiliares. 	<p>Técnica de las posturas para realización de las reptaciones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de la práctica individual y en equipos. - Actitudes y aptitudes en las actividades atléticas (Reptaciones). 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferencia las posturas para la ejecución de las reptaciones. - Asocia las posturas básicas con su capacidad corporal. - Participa de las prácticas de atletismo en una adecuada postura individual. (Reptaciones)
<p>5 20/05/19</p>	<p>Generalidades del atletismo y la gimnasia de suelo. (Giros de 45° y 90°) desde una posición estática después de una carrera de frente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de la técnica para una adecuada para la ejecución de los Giros. De 45° y 90° desde una posición estática. - Activación dinámica general. - Práctica de los giros. Desde una posición estática. 	<ul style="list-style-type: none"> - Unidad deportiva tulio Ospina. - Centro recreativo. - Canchas auxiliares. - Colchonetas 	<p>Técnica de las posturas para realización de las Giros de 45° y 90°. Desde una posición estática.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de la práctica individual de los giros de 45° y 90° de acuerdo a su capacidad corporal desde una posición estática. - Actitudes y aptitudes en la ejecución de los giros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferencia las posturas para la ejecución de los giros. - Asocia las posturas básicas con su capacidad corporal para la ejecución de los giros desde una posición estática - Participa de las prácticas de giros desde una adecuada postura individual.

<p>6 27/05/19</p>	<p>Generalidades del atletismo y las gimnasia de suelo (Giros de 45° y 90°) desde una posición dinámica o en movimiento después de un salto sobre aro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Explicación de la técnica para una adecuada para la ejecución de los Giros. De 45° y 90° desde una posición dinámica. - Activación dinámica general. - Práctica de los giros. Desde una posición dinámica. 	<ul style="list-style-type: none"> - Unidad deportiva tulio Ospina. - Centro recreativo. - Canchas auxiliares. - Aros. - Conos. - Pelotas. - Bastones pequeños. 	<p>Técnica de las posturas para realización de las Giros de 45° y 90°. Desde una posición dinámica o en movimiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de la práctica individual de los giros de 45° y 90° desde una posición dinámica o en movimiento. de acuerdo a su capacidad corporal. - Actitudes y aptitudes en la ejecución de los giros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferencia las posturas para la ejecución de los giros de 45° y 90°. Desde una posición dinámica o en movimiento. - Asocia las posturas básicas con su capacidad corporal para la ejecución de los giros desde una posición dinámica. - Participa de las prácticas de giros desde una adecuada postura individual.
<p>07 10/06/19</p>	<p>Actividades deportivas y recreativas auto y coevaluacion.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realización en el sistema de auto evaluación. - Actividades deportivas dirigidas. - Juegos recreativos dirigidos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Coliseo auxiliar unidad deportiva tulio Ospina. - Balones de baloncesto, voleibol, futsal. - Juegos tradicionales de piso y de pared. 	<ul style="list-style-type: none"> - Auto y coevaluacion de final de periodo. - Participación de las actividades deportivas y recreativas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce su desempeño durante todo el periodo. - Realiza la autoevaluación de final de periodo. - Valora su desempeño en los aspectos de ejecución de la práctica y teoría.

CRITERIOS EVALUATIVOS

Son los criterios que se van a aplicar en el periodo para evaluar los procesos de aprendizaje del estudiante. Se toman de la malla curricular.

INFORME PARCIAL				INFORME FINAL						
Actividades de proceso 70 %			Evaluaciones 10 %		Actividades de proceso 10 %				Actitudinal 10 %	
									Autoeva.	Coeva.
Prácticas en la unidad deportiva de lo planteado en la clase sesión a ejecutar.			Evaluación práctica de las habilidades básica motrices con relación al atletismo		<ul style="list-style-type: none"> - Protocolos del segundo periodo consignados en el cuaderno. - Consultas de los temas en cuestión. 					
29/04/19		10/06/19	20/05/19	27/05/19	27/05/19	04/06/18	04/06/18	04/06/18	10/06/19	