

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

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo se pueden potencializar los patrones de manipulación en coordinación viso pedica y viso manual a través de la educación física, en las ramas de la gimnasia, el deporte y la recreación ?

**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:**

- Aprende las diferentes posturas y movimientos corporales para la práctica de la actividad física la recreación y el deporte.
- Diferencia las disciplinas deportivas y las relaciona con su actitudes y aptitudes para la práctica individual y en conjunto.
- Relaciona los diferentes deportes y su aplicación a las capacidades motrices básicas y condicionales.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1 09/04/19	Generalidades de la educación física. Temas y subtemas del periodo a manera de inducción.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación de las actividades del periodo.</li> <li>- Actividades de preparación física inicial.</li> <li>- Juegos de trabajo en equipo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aula de clase.</li> <li>- Coliseo auxiliar unidad deportiva tulio Ospina.</li> <li>- Balones de baloncesto, futsal, voleibol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Revisar cuadernos para constatar de lo escrito.</li> <li>- Capacidades físicas corporales para una disciplina determinada.</li> <li>- Participación en las actividades deportivas y recreativas de inicio de periodo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interpreta la educación física como un medio para la diversión y el aprendizaje.</li> <li>- Adopta a través de las actividades deportivas la práctica de una disciplina extra escolar.</li> <li>- Valora las posibilidades de movimientos a través de la práctica en juegos recreativos y deportivos.</li> </ul>
2 23/04/19	Generalidades de la gimnasia de suelo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación de las posturas generales de gimnasia de suelo.</li> <li>- Ejecución individual de las diferentes posturas con ayuda del maestro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina, coliseo auxiliar.</li> <li>- Colchonetas de gimnasia de suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación de posturas iniciales y sus actitudes para el trabajo de gimnasia.</li> <li>- Técnica de las posiciones iniciales de la gimnasia de suelo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce la gimnasia de suelo como una actividad física de mucha importancia para el desarrollo de las habilidades básicas motrices.</li> <li>- Realiza las actividades de parada de manos y volteo adelante secuencialmente llevando las indicaciones del docente.</li> <li>- Valora sus posibilidades de movimiento corporal y mejora con las actividades de gimnasia.</li> </ul>
3 30/04/19	Gimnasia de suelo parada de manos y volteo adelante.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación de las posturas de gimnasia de suelo.</li> <li>- Realizar la parada de manos con volteo adelante con y sin ayuda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina, coliseo auxiliar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluación de posturas iniciales.</li> <li>- Técnica de las posiciones de la parada de manos.</li> <li>Técnica de las posiciones del volteo adelante con y sin ayuda</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce la gimnasia de suelo como una actividad física de mucha importancia para el desarrollo de las habilidades básicas motrices.</li> <li>- Realiza las actividades de parada de manos y volteo adelante secuencialmente llevando las indicaciones del docente.</li> <li>- Valora sus posibilidades de movimiento corporal y mejora</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colchonetas de gimnasia de suelo.</li> </ul>		<p>con las actividades de gimnasia.</p>
<p><b>4</b> <b>06/05/19</b></p>	<p>Gimnasia de suelo volteo adelante con y sin ayuda.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuar con la clase anterior, aplicando la técnica requerida para el volteo adelante.</li> <li>- Realizar el volteo adelante con las especificaciones dadas por el docente y en su capacidad corporal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina, coliseo auxiliar.</li> <li>- Colchonetas para gimnasia de suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posturas básicas para la realización del volteo adelante.</li> <li>- Técnica del volteo adelante con y sin ayuda.</li> <li>- Volteo adelante completo con y sin ayuda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce la gimnasia de suelo como una actividad física de mucha importancia para el desarrollo de las habilidades básicas motrices.</li> <li>- Realiza las actividades de parada de manos y volteo adelante secuencialmente llevando las indicaciones del docente.</li> <li>- Valora sus posibilidades de movimiento corporal y mejora con las actividades de gimnasia.</li> </ul>
<p><b>5</b> <b>13/05/19</b></p>	<p>Generalidades del baloncesto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posiciones básicas iniciales sin desplazamiento.</li> <li>- Desplazamientos sin balón y paradas en uno y dos tiempos.</li> <li>- Carreras de frente con paradas en uno y dos tiempos.</li> <li>-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina coliseo auxiliar.</li> <li>- Balones de baloncesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posiciones básicas iniciales.</li> <li>- Técnica de los desplazamientos sin balón.</li> <li>- Carreras de frente y paradas en uno y dos tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica la posición básica del baloncesto sin balón.</li> <li>- Realiza las actividades prácticas iniciales movimientos sin balón.</li> <li>- Valora sus posibilidades de movimiento aplicándolos al baloncesto</li> </ul>
<p><b>6</b> <b>20/05/19</b></p>	<p>Generalidades del baloncesto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desplazamientos sin balón y paradas en uno y dos tiempos.</li> <li>- Carreras de frente con paradas en uno y dos tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina coliseo auxiliar.</li> <li>- Balones de baloncesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posiciones básicas iniciales.</li> <li>- Técnica de los desplazamientos sin balón.</li> <li>- Carreras de frente y paradas en uno y dos tiempos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica la posición básica del baloncesto sin balón.</li> <li>- Realiza las actividades prácticas iniciales movimientos sin balón.</li> <li>- Valora sus posibilidades de movimiento aplicándolos al baloncesto</li> </ul>

<p>7 27/05/19</p>	<p>Gimnasia de suelo parada de manos y volteo adelante.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación de las posturas de gimnasia de suelo.</li> <li>- Realizar la parada de manos con volteo adelante con y sin ayuda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina, coliseo auxiliar.</li> <li>- Colchonetas de gimnasia de suelo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Posturas básicas para la realización del volteo adelante.</li> <li>- Técnica del volteo adelante con y sin ayuda.</li> <li>- Volteo adelante completo con y sin ayuda.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce la gimnasia de suelo como una actividad física de mucha importancia para el desarrollo de las habilidades básicas motrices.</li> <li>- Realiza las actividades de parada de manos y volteo adelante secuencialmente llevando las indicaciones del docente.</li> <li>- Valora sus posibilidades de movimiento corporal y mejora con las actividades de gimnasia.</li> </ul>
<p>8 04/06/19</p>	<p>Generalidades del baloncesto. (Drible con mano dominante)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación fundamento técnico del dribling.</li> <li>- Dribling en el puesto con mano dominante.</li> <li>- Desplazamiento en dribling caminando con mano dominante.</li> <li>- Trote realizando dribling con mano dominante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Unidad deportiva tulio Ospina coliseo auxiliar, cancha de baloncesto.</li> <li>- Balones de baloncesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica del driblin.</li> <li>- Movimiento de la mano en el momento de hacer el fundamento.</li> <li>- Desplazamiento realizando el dribling sin mirar el balón.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Incorpora la técnica del dribling a la práctica del deporte específico.</li> <li>- Realiza las actividades prácticas con mano dominante.</li> <li>- Participa de la clase teniendo en cuenta las indicaciones dadas.</li> </ul>
<p>09 11/06/19</p>	<p>Actividades deportivas y recreativas auto y coevaluacion.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización en el sistema de auto evaluación.</li> <li>- Actividades deportivas dirigidas.</li> <li>- Juegos recreativos dirigidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coliseo auxiliar unidad deportiva tulio Ospina.</li> <li>- Balones de baloncesto, voleibol, futsal.</li> <li>- Juegos tradicionales de piso y de pared.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Auto y coevaluacion de final de periodo.</li> <li>- Participación de las actividades deportivas y recreativas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce su desempeño durante todo el periodo.</li> <li>- Realiza la autoevaluación de final de periodo.</li> <li>- Valora su desempeño en los aspectos De ejecución de la práctica y teoría.</li> </ul>

**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 %						
Prácticas en la unidad deportiva de lo planteado en la clase sesión a ejecutar.			Evaluación práctica de las generalidades de la educación física. gimnasia de suelo. El deporte y la recreación			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Protocolos del segundo periodo consignados en el cuaderno.</li> <li>- Consultas de los temas en cuestión.</li> </ul>					Autoeva. Coeva.						
23/04/19		11/06/19	21/05/19	28/05/19	28/05/19	05/06/19	05/06/19						11/06/19				