

	Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO				
	PLANEACIÓN SEMANAL 2020				
Área:	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACION FISICA		
Periodo:	III	Grado:	4		
Fecha inicio:	6 DE JULIO	Fecha final:	11 DE SEPTIEMBRE		
Docente:	SANTIAGO CARDONA TABORDA	Intensidad Horaria semanal:	2		

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:

¿Cuáles son mis posibilidades de movimiento para la práctica de las actividades físicas?

COMPETENCIAS:

- Competencia físico motriz: Interpretativa.
- Competencia perceptiva motriz: argumentativa.

ESTANDARES BÁSICOS:

- Valora la actividad motriz como eje fundamental de su desarrollo corporal, practicando las actividades atléticas como medio para el desarrollo de las capacidades físicas.
- Realiza en forma secuencial ejercicios gimnásticos para adquirir potencialidad en el desarrollo de Las capacidades físicas
- Refuerza los conceptos de las capacidades coordinativas a través de la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1 6-10 de julio	Coordinación óculo - manual	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Botar la pelota con las dos manos. • Lanzar la pelota al aire y recogerla. • Rodar la pelota por el suelo con una o dos manos. • Estiramiento 	<ul style="list-style-type: none"> • Computador • Internet • Bastón • Bombas • Medias • Pelota 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	<p>INTERPRETATIVA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asocia y coordina los patrones básicos de movimientos con los fundamentos técnicos básicos de las prácticas deportivas. <p>ARGUMENTATIVA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla movimientos de agilidad y habilidad con pelotas, bastones, cuerdas y otros. <p>PROPOSITIVA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coordina patrones básicos de movimientos y conservar su equilibrio en la ejecución de ellos.
2 13 – 17 de julio	Coordinación óculo – manual	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Desplazamientos • Lanzar la pelota al aire y recogerla. • Lanzar, dejarla botar y recoger. 		<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Estiramiento 			
3 20 – 24 de julio	Coordinación óculo – manual	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Rodar la pelota por el suelo con una o dos manos. • Giro con bastón • Lanzar el bastón y atraparlo • Estiramiento 		<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
4 27 – 31 de julio	Coordinación óculo - manual	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Giro con bastón • Bote de pelota por medio de las piernas • Lanza la pelota, aplaude dos veces y la atrapa • Estiramiento 		<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
5 3 – 7 de agosto	Película	<ul style="list-style-type: none"> • Ver la película “Un sueño posible” • Reflexión • Charla sobre la película 		<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
6 10 – 14 de agosto	Coordinación óculo pedal	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Golpear la bomba con el pie varias veces sin que toque el suelo • Con el bastón en el suelo realiza saltos por encima del mismo • Desplazamientos por el bastón • Estiramiento 		<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
7 17 – 21 de agosto	Coordinación óculo pedal	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Golpear la bomba con el pie varias veces sin que toque el suelo • Saltos coordinativos • Desplazamientos pisando la pelota con la planta del pie • Estiramiento 		<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

respe to por la palab ra.										
---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------

Áreas o asignaturas de 2 horas semanales: