



Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO

PLANEACIÓN SEMANAL 2020



Área:	EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA
Periodo:	III	Grado:	3
Fecha inicio:	6 JULIO	Fecha final:	11 SEPTIEMBRE
Docente:	Angela María Rodríguez Gil	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	<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 		<ul style="list-style-type: none"> • PROPOSITIVA: Desarrolla sus habilidades y destrezas en forma segura con relación a la de sus compañeros, a través de actividades recreativas, lúdicas y deportivas. • ARGUMENTATIVA: Describe trayectorias y distancias en diferentes direcciones con la ayuda de elementos. • INTERPRETATIVA: Identifica juegos y actividades que requieren de coordinación dinámica general y segmentaria en forma segura y precisa.
2	Prueba atlética	<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) 	<ul style="list-style-type: none"> • Cuaderno • Polideportivo 	Agilidad en prueba atlética Semana 2	
3	Movimiento rítmico	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Rondas. • Trabajo dirigido con desplazamientos en diferentes velocidades y direcciones. • Juego libre. 		Práctica de movimientos rítmicos Semana 3	
4	Coordinación segmentaria	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Trabajo dirigido. • Salto con lazo individual y en parejas. • Trabajo de equilibrio con bastones. • Actividades con aros. 			

5	Actividades lúdicas	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Rondas. • Trabajo dirigido de relevos por equipos. • Juego libre con balones. 			
6	Gimnasia	<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. Semana 6
7	Coordinación en desplazamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Practicar baloncesto, voleibol y fútbol por equipos. • Pivotar el balón. • Encestar el balón. 			
8	Coordinación en desplazamiento	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Practicar baloncesto, voleibol y fútbol por equipos. • Pivotar el balón. • Encestar el balón. 			Álbum de deportes. Semana 8
9	Semana institucional	<ul style="list-style-type: none"> • Participar de las actividades con buena disposición. 			
10	Juego libre con balones y juguetes	<ul style="list-style-type: none"> • Rondas. • Juego libre. 			

OBSERVACIONES:

CRITERIOS EVALUATIVOS (PROCEDIMENTALES) SABER – HACER – INNOVAR

1. Trabajo Individual.
2. Trabajo colaborativo
3. Trabajos de consulta.
4. Exposiciones.
5. Desarrollo de talleres.
6. Informe de lectura.
7. Mapas mentales.
8. Mapas conceptuales.
9. Portafolio.

CRITERIOS EVALUATIVOS (ACTITUDINALES) SER – ESTAR - SERVIR

1. Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula.
2. Planteamiento y resolución de problemas en situaciones diferenciadas.
3. Autoevaluación.
4. Trabajo en equipo.
5. Participación en clase y respeto por la palabra.
6. Trabajo individual y grupal de manera responsable y eficaz.
7. Presentación personal y de su entorno.

ÁREAS O ASIGNATURAS COMPLEMENTARIAS

ACTIVIDADES DE PROCESO 90 %							ACTITUDINAL 10 %	
SAEMANA 2	SESMANA 3	SEMANA 6	SEMANA 8				DOCENTE	ESTUDIANTE
Agilidad en prueba atlética	Práctica de movimientos rítmicos	Evaluación práctica de coordinación y equilibrio.	Álbum de deportes					