



Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO

PLANEACIÓN SEMANAL (2020)



Área:	EDUCACION FISICA	Asignatura:	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
Periodo:	II	Grado:	OCTAVO
Fecha inicio:	20 DE ABRIL	Fecha final:	26 DE JUNIO
Docente:	SANTIAGO CARDONA TABORDA	Intensidad Horaria semanal:	2

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:
¿Cómo el deporte ayuda en mi desarrollo físico, emocional, social?

- COMPETENCIAS**
- Seleccione técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.
 - Seleccione las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.
 - Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.

- ESTANDARES BÁSICOS:**
- Seleccione movimientos de desplazamiento y manipulación.
 - Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.
 - Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.
 - Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1: 20 al 24 de abril	<ul style="list-style-type: none"> • Fundamentación Técnica del micro futbol (introducción) 	<ul style="list-style-type: none"> • Escritura en el cuaderno sobre el plan de área • Encuesta sobre el gusto de la educación física • Video de microfútbol (introducción al tema) 	<ul style="list-style-type: none"> • Balones • Conos • Aros • Cronometro • Cinta o escalera • Coliseo tulio Ospina 	<ul style="list-style-type: none"> • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en 	<p>INTERPRETATIVA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los diferentes fundamentos básicos del futbol. <p>ARGUMENTATIVA:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> • Aprendiendo a dominar el balón • Juego buscaminas • Conducción de balón • Juego con balón • Estiramiento y retroalimentación 	<ul style="list-style-type: none"> • Colchonetas • Pelotas • Aula de clase • Video beat • Globos • Silbatos • Palos 	<p>clase y respeto por la palabra.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Analizo mis fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable. • PROPOSITIVA: • Desarrollas tu motricidad gruesa con ejercicios de coordinación óculo manual, y los aplica mediante las formas jugadas
2: 27 de abril al 1 de mayo	<ul style="list-style-type: none"> • Reglas del microfútbol 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Charla introductoria sobre las reglas más relevantes • Calentamiento dirigido por el profesor • Instrucciones de los ejercicios por el profesor • Juego: chucha cogida por las rayas de la cancha. • Juego de 		<ul style="list-style-type: none"> • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

		<ul style="list-style-type: none"> relevos con balón • Pre deportivo de microfútbol • Juegos de velocidad para dimensionar la cancha • Juego recreativo: mama vieja • Estiramiento y retroalimentación 			
3: 4 al 8 de mayo	<ul style="list-style-type: none"> • Fundamentación técnica 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor • Instrucciones de los ejercicios por el profesor • Juego : piedra papel y tijera • Juego recreativo: chucha balón • Pases por parejas con la mano • Juego a la mosquita mano 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Pases con diferentes partes del pie • Juego mosquita por grupos • Juego de relevos con balón y pases. • Pases y gol • Estiramiento y retroalimentación 			
4: 11 al 15 de mayo	<ul style="list-style-type: none"> • Fundamentación técnica 2 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor • Instrucciones de los ejercicios por el profesor • Circuito de fuerza • Trabajo de abdomen • Fundamentación en parejas (int, ext, emp) • Juego recreativo con balón • Estiramiento y retroalimentación 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

<p>5: 18 al 22 de mayo</p>	<ul style="list-style-type: none"> Control 	<p>n</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor • Instrucciones de los ejercicios por el profesor • Exploro con el balón individual. • Exploro con el balón en grupos(juego recreativo) • Tipos de control en parejas • Juego de relevos con control de balón • Velocidad con balón • Estiramiento y retroalimentación 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
<p>6: 25 al 29 de mayo</p>	<ul style="list-style-type: none"> Conducción 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Instrucciones de los ejercicios Por el profesor. • Conducción de balón dirigido por el profesor. • Juego de relevos de conducción de balón, • Tipos de conducción en parejas. • Juego quítale el balón • Conducción y gol • Estiramiento y retroalimentación 		<ul style="list-style-type: none"> • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
7: 1 al 5 de junio	<ul style="list-style-type: none"> • Microfútbol 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor • Introducción • Circuito de fuerza. • Juego recreativo: salva la bandera 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Torneo de microfútbol Mixto • Estiramiento y retroalimentación 		<ul style="list-style-type: none"> • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
8: 8 al 12 de junio	<ul style="list-style-type: none"> • Microfútbol 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor • Introducción • Circuito de fuerza. • Juego recreativo: cucha caballo • Torneo de microfútbol Mixto • Estiramiento y retroalimentación 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
9: 15 al 19 de junio	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos recreativos 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Calentamiento dirigido por el profesor • Instrucciones de los ejercicios por el profesor 		<ul style="list-style-type: none"> • Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula. • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Juego del triki • Juego de piedra, papel y tijera • Juego mama vieja • Juegos cooperativos y competitivos • Estiramiento y retroalimentación 		<p>entorno.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	
10: 22 al 26 de junio	<ul style="list-style-type: none"> • Final de periodo 	<ul style="list-style-type: none"> • Ida al tulio Ospina • Entrega de nota • Autoevaluación 		<ul style="list-style-type: none"> • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. • Participación en clase y respeto por la palabra. 	

