

	Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO			
	PLANEACIÓN SEMANAL 2021			
Área:	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACION FISICA	
Periodo:	III	Grado:	3	
Fecha inicio:	6 DE JULIO	Fecha final:	10 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 6-9 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 12 – 16 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. 	

		☐ Estiramiento			
3 19 – 23 de julio	Coordinación óculo – manual	<input type="checkbox"/> Calentamiento <input type="checkbox"/> Rodar la pelota por el suelo con una o dos manos. <input type="checkbox"/> Giro con bastón Lanzar el bastón y atraparlo Estiramiento <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> Trabajo Individual. <input type="checkbox"/> Participación en clase y respeto por la palabra.	
4 26 – 30 de julio	Coordinación óculo - manual	<input type="checkbox"/> Calentamiento <input type="checkbox"/> Giro con bastón <input type="checkbox"/> Bote de pelota por medio de las piernas <input type="checkbox"/> Lanza la pelota, aplaude dos veces y la atrapa <input type="checkbox"/> Estiramiento		<input type="checkbox"/> Trabajo Individual. <input type="checkbox"/> Participación en clase y respeto por la palabra.	
5 2 – 6 de agosto	Película	<input type="checkbox"/> Ver la película “Un sueño posible” Reflexión <input type="checkbox"/> Charla sobre la película <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> Trabajo Individual. <input type="checkbox"/> Participación en clase y respeto por la palabra.	
6 9 – 13 de agosto	Coordinación óculo pedal	<input type="checkbox"/> Calentamiento <input type="checkbox"/> 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 <input type="checkbox"/> Desplazamientos por el bastón Estiramiento <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> Trabajo Individual. <input type="checkbox"/> Participación en clase y respeto por la palabra.	
7 16 – 20 de agosto	Coordinación óculo pedal	<input type="checkbox"/> Calentamiento <input type="checkbox"/> Golpear la bomba con el pie varias veces sin que toque el suelo Saltos coordinativos <input type="checkbox"/> Desplazamientos pisando la pelota con la planta del pie <input type="checkbox"/> Estiramiento		<input type="checkbox"/> Trabajo Individual. <input type="checkbox"/> Participación en clase y respeto por la palabra.	

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

Áreas o asignaturas de 2 horas semanales: