



Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO

PLANEACIÓN SEMANAL 2022



Area:	EDUCACIÓN FISICA, RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FISICA
Periodo:	II	Grado:	TERCERO.
Fecha inicio:	28 DE MARZO	Fecha final:	JUNIO 10
Docente:	SANTIAGO CASTAÑEDA OSORNO	Intensidad Horaria semanal:	2

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:

¿Cómo mejoro mi coordinación general y segmentaria a través de juegos y actividades?

COMPETENCIAS:

- Realizar movimientos básicos sencillos que responden al manejo y conocimiento del esquema corporal,
- Identifico mis diferentes partes del cuerpo del cuerpo al aplicar la marcha, trotar, correr y trepar

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
- Afianza y combina las diferentes habilidades motrices básicas de locomoción para desarrollar habilidades atléticas

Semana	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1 28 - 1 ABRIL.	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Movimiento articular. • Desplazamientos. • Ejercicios coordinativos • Estiramiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Polideportivo • Balones • Conos • Lazos 	<ul style="list-style-type: none"> • Participación en clase y respeto por la palabra. • Presentación personal y de su entorno. • Trabajo en equipo. 	<p>INTERPRETATIVA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demuestra sus habilidades y destrezas en forma segura con relación a la de sus compañeros, a través de actividades recreativas, lúdicas y deportivas. <p>ARGUMENTATIVA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describe trayectorias y distancias en Diferentes direcciones con la ayuda de elementos.
2 4 - 8 ABRIL.	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Movimiento articular. 	<ul style="list-style-type: none"> • Termo 		

		<ul style="list-style-type: none"> • Desplazamientos. • Ejercicios coordinativos • Estiramiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aros 		<p>PROPOSITIVA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta juegos y actividades que requieren de coordinación dinámica general y segmentaria en Forma segura y precisa.
3 18 - 22 ABRIL.	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación óculo-manual. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Movimiento articular. • Desplazamientos. • Ejercicios coordinativos con balón • Lanzar y atrapar. • Estiramiento. 			
4					

25 - 29 ABRIL.	<ul style="list-style-type: none">• Coordinación óculo-manual.	<ul style="list-style-type: none">• Calentamiento.• Movimiento articular.• Desplazamientos.• Ejercicios coordinativos con conos.• Trabajo con pelotas.• Estiramiento.			
5 2 - 6 MAYO.	<ul style="list-style-type: none">• Coordinación óculo-pedal.	<ul style="list-style-type: none">• Calentamiento.• Movimiento articular.• Desplazamientos.• Ejercicios coordinativos con lazo.			

		<ul style="list-style-type: none"> • Estiramiento. 			
6 10 - 14 MAYO.	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación óculo-pedal. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento. • Movimiento articular. • Desplazamientos. • Ejercicios coordinativos con conos • Saltos • Estiramiento. 			
7 16 - 20 MAYO	<ul style="list-style-type: none"> • Juego pre deportivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Juego pre deportivo • Futbol modificado • Estiramiento 			

<p>8 23 - 27 MAYO.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juego pre deportivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Juego pre deportivo • Baloncesto modificado. • Estiramiento 			
<p>9 31 MAYO- 4 JUNIO.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juego pre deportivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento • Juego pre deportivo • Voleibol modificado • Estiramiento 			
<p>10 6 - 10 JUNIO.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluación 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar la autoevaluación con el estudiante. 			

