

	<b>Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO</b>				
	<b>PLANEACIÓN SEMANAL 2022</b>				
<b>Área:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE</b>	<b>Asignatura:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>		
<b>Periodo:</b>	4	<b>Grado:</b>	TERCERO		
<b>Fecha inicio:</b>	<b>12 Septiembre</b>	<b>Fecha final:</b>	<b>25 Noviembre</b>		
<b>Docente:</b>	Santiago Castañeda Osorno	<b>Intensidad Horaria semanal:</b>	2		

• **PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:**

¿Cómo expreso con mi cuerpo libremente, movimientos rítmicos, mediante juegos melódicos?

**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:**

- Realiza tareas individuales y colectivas que desarrollan la coordinación utilizando diferentes elementos.
- Explora las posibilidades de movimiento de su cuerpo para hacer ejercicios rítmicos.
- Afianza y combina las diferentes habilidades motrices básicas de locomoción para desarrollar habilidades rítmicas

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
1 12 sept al 16 sep	PRESENTACIÓN DEL PLAN DE ÁREA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar la portada y decorar.</li> <li>• Consignar en el cuaderno los referentes temáticos del periodo, competencia, indicadores de desempeño y criterios evaluativos.</li> <li>• Juego de rondas como el gato y el ratón, jugo de limón, pañuelito.</li> <li>• Juego con balones en equipos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lazos</li> <li>• Aros</li> <li>• Conos</li> <li>• Bastones</li> <li>• Balones</li> <li>• Claves</li> </ul>		<p><b>ARGUMENTATIVO:</b> Practica libremente ejercicios rítmicos, mediante juegos melódicos.</p> <p><b>INTERPRETATIVO:</b> Controla el ritmo respiratorio antes, durante y después del ejercicio, a través de movimientos naturales con implementos y sin implementos deportivos.</p>
2 19 al 23 de sep	AGILIDAD CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento por medio de rondas.</li> <li>• Trabajo dirigido por equipos.</li> <li>• Salto con lazo individual y en parejas.</li> <li>• Trabajo de equilibrio con bastones.</li> <li>• Actividad con balones y conos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Costales</li> <li>• Cuaderno</li> <li>• Polideportivo</li> </ul>		<p><b>PROPOSITIVO:</b> Realiza movimientos de coordinación, viso-manual y viso-pédica, con desplazamiento a través de ejercicios de lanzar y recibir (pases de pecho, chutar el balón, otros).</p>
3 26 al 30 de sep	EQUILIBRIO Y COORDINACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento.</li> <li>• Rondas.</li> <li>• Trabajo dirigido realizando desplazamientos usando bastones, mancuernas, lazos, aros.</li> <li>• Juego libre con balones.</li> </ul>		Evaluación práctica de agilidad, equilibrio y coordinación	
4 3 al 7 oct	FESTIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento.</li> <li>• Rondas.</li> <li>• Trabajo dirigido realizando desplazamientos usando bastones, mancuernas, lazos, aros.</li> <li>• Juego libre con balones.</li> </ul>			
5 17 al 21 oct	COORDINACIÓN OJO MANO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento.</li> <li>• Trabajo dirigido de equilibrio y coordinación usando balones.</li> </ul>		Realización de ejercicios con balones.	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tocar las claves en diferentes ritmos de canciones y velocidades.</li> <li>• Caminar en diferentes direcciones y velocidades.</li> <li>• Atrapar y lanzar el balón.</li> <li>• Recepciones en parejas.</li> <li>• Juego de voleibol.</li> </ul>		Trabajo práctico de coordinación	
<b>6</b> <b>24 al 28</b> <b>oct</b>	HABILIDADES DE MANIPULACIÓN Y LOCOMOCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento.</li> <li>• Competencias.</li> <li>• Trabajo dirigido de relevos por equipos</li> </ul>			
<b>7</b> <b>31 al 4</b> <b>nov</b>	FESTIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento.</li> <li>• Competencias.</li> </ul> Trabajo dirigido de relevos por equipos			
<b>8</b> <b>7 al 11</b> <b>nov</b>	PLANES DE MEJORAMIENTO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los estudiantes que deben logros, presentan taller y evaluación de plan de mejoramiento.</li> </ul>			
<b>9</b> <b>14 al 18</b> <b>nov</b>	FESTIVO				
<b>10</b> <b>21 al 25</b> <b>nov</b>	FINALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DEL AÑO ESCOLAR				

<b>OBSERVACIONES</b>
----------------------

ÁREAS O ASIGNATURAS COMPLEMENTARIAS



