

	Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO			
	PLANEACIÓN SEMANAL 2023			
Área:	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA	
Periodo:	2	Grado:	CUARTO	
Fecha inicio:	27 de marzo	Fecha final:	9 de junio	
Docente:	DURLEY MARIA MENDEZ BARRERA		Intensidad Horaria semanal:	2

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:

¿Cuáles son mis posibilidades de movimiento para la práctica de las actividades físicas?

COMPETENCIAS:

- Control de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos
- Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.
- Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.

ESTANDARES BÁSICOS:

- Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas
- Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.
- Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

DBA (DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE)

INDICADORES DE DESEMPEÑO

INTERPRETATIVO:	Asocia y coordina los patrones básicos de movimientos con los fundamentos técnicos básicos de las prácticas deportivas.
ARGUMENTATIVO:	Desarrolla movimientos de agilidad y habilidad con pelotas, bastones, cuerdas y otros.
PROPOSITIVO:	Coordina patrones básicos de movimientos y conserva su equilibrio en la ejecución de ellos.

Semana	Referente temático	Actividades	Acciones evaluativas
1 27 a 31 marzo	Movimiento corporal.	• Calentamiento. • Estiramiento. • Realizo movimientos en todas las direcciones. • Saltos, giros, desplazamientos.	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
SEMANA SANTA			
2 10 a 14 abril	Movimiento corporal.	• Calentamiento. • Estiramiento. • Saltos de payaso. • Tijera. • Saltos de rana	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
3 17 a 21 abril	Movimiento corporal	• Desplazamiento lateral.	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
4 24 a 28 abril	Coordinación óculo -manual	• Calentamiento. • Giro con bastón. • Bote de pelota por medio de las piernas. • Lanza la pelota, aplaude dos veces y la atrapa. • Estiramiento	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.

5 1 a 5 mayo	Coordinación óculopedal	• Calentamiento. • 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. • Desplazamientos por el bastón.	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
6 8 a 12 mayo	Coordinación óculopedal	• Calentamiento. • 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. • Desplazamientos por el bastón. • Estiramiento.	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
7 15 a 19 mayo	Actividad física	• Circuito cardiorespiratorio	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
8 22 a 26 mayo	Actividad física	• Fuerza focalizada	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
9 29 a 2 junio	Actividad física	• Resistencia al ejercicio	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.
10 5 a 9 junio	Autoevaluación	• Realizar autoevaluación	• Trabajo Individual. • Participación en clase y respeto por la palabra.

RECURSOS
• Cancha. • Bastón.

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Bombas.• Medias.• Pelota. |
|---|

OBSERVACIONES:

CRITERIOS EVALUATIVOS (PROCEDIMENTALES)

1. Trabajo Individual.
2. Trabajo colaborativo.
3. Trabajo en equipo.
4. Evaluaciones escritas (diagnósticas - externas) y orales
5. Trabajos de consulta.
6. Exposiciones.
7. Desarrollo de talleres.
8. Desarrollo de competencias texto guía.
9. Informe de lectura.
10. Mapas mentales.
11. Mapas conceptuales.
12. Aprendizaje Basado en Problemas: (ABP)
13. Portafolio.
14. Fichero o glosario.
15. Webquest.
16. Plataforma ADN

CRITERIOS EVALUATIVOS (ACTITUDINALES)

- | |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 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. |
|---|

INFORME PARCIAL						INFORME FINAL						
Actividades de proceso 40 %						Actividades de proceso 40 %					Actitudinal 10 %	
											Au Eva	Co Eva.

