



Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO

PLANEACIÓN SEMANAL



**EDUCACIÓN
FÍSICA**

Área:	Corporal	Asignatura:	Educación física	
Periodo:	4	Grado:	Transición	
Fecha inicio:	Septiembre	Fecha final:	Noviembre	
Docente:				Intensidad Horaria semanal: 2 horas

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA

¿Cómo logra reconocer el niño y la niña su esquema corporal, identificando topográficamente las diferentes partes que integran la estructura de su cuerpo, nombrándolas y relacionándolas con diferentes movimientos y situaciones en las que debe interactuar con ellas?

COMPETENCIAS:

- Se interesa por practicar ejercicios que estimulen su motricidad fina y gruesa.
- clasificar las diferentes actividades realizadas con movimiento óculo- manuales.
- Analizar la importancia de la armonía corporal para las diferentes formas básicas del movimiento.
- Reconocer la importancia del control respiratorio para el desarrollo de las actividades físicas.
- Explicar con ejemplos como se realizan los movimientos óculo-pedicos.
- Presentar actividades de gimnasia rítmica y bailes con implementos deportivos.

ESTANDARES BÁSICOS:

- Ajusta movimientos espontáneos y convencionales a secuencias motrices rítmicas sencillas.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
Semana 1	Ejercicios individuales de lateralidad	Se realizarán actividades enfocadas en la segmentación del cuerpo, donde los niños seguirán instrucciones dadas por la docente, identificando la parte del cuerpo mencionada y realizando el movimiento correspondiente.	-Balones -lazos -videos	Participación activa de las clases propuestas. Ejecución correcta de los ejercicios o movimientos propuestos en cada clase.	INTERPRETATIVO Representa habilidad para lanzar y recibir.
Semana 2	Ejercicios individuales de lateralidad	Estimular el sistema respiratorio mediante práctica de diferentes ejercicios Calentamiento Ejecución de ejercicios propuestos https://www.youtube.com/watch?v=Mjz3RxLqlqY&ab_channel=KarlaFleitas	-elementos cotidianos del hogar -PC Celular Tutoriales de youtube dirigidos por la docente.	Desplazamiento al polideportivo	ARGUMENTATIVO Realiza ejercicios de gimnasia rítmica con implementos deportivos PROPOSITIVO Coordina movimientos oculo-pedicos
Semana 3	Ejercicios individuales de control respiratorio	Estimular el sistema respiratorio mediante práctica de diferentes ejercicios Calentamiento Ejecución de ejercicios propuestos https://www.youtube.com/watch?v=Mjz3RxLqlqY&ab_channel=KarlaFleitas			
Semana 4	Ejercicios independencia segmentaria	Realizar movimientos a través de todas las partes de nuestro cuerpo ACTIVIDAD Combinar caminata, marcha y movimiento de extremidades superiores e inferiores			
OCTUBRE		SEMANA DE RECESO ESTUDIANTIL			
Semana 5	Ejercicios individuales con aros	Calentamiento. Seguir atentamente los diferentes movimientos propuestos con implementación de herramienta de			

		trabajo. https://www.youtube.com/watch?v=Jr7ExrBs7eQ&ab_channel=Eizaysustravesuras			
Semana 6	Ejercicios por parejas	Calentamiento. Cada estudiante infla su globo Mantener el globo en el aire utilizando la mano izquierda, a su vez se recibe y entrega una pelota de tenis por el aire con la mano derecha.			
Semana 7	Ejercicios con lazos	Observar el video y realizar los ejercicios propuestos del 6 al 10 https://www.youtube.com/watch?v=hay9YRDrUP4			
Semana 8	Evaluaciones finales del periodo	Realizar la evaluación final del periodo -orientar cada una de las preguntas a los estudiantes -ejecutar las respuestas en forma correcta atendiendo las indicaciones dadas.			
Semana 9	Retos coordinativos	Observar el video y realizar los ejercicios propuestos https://www.youtube.com/watch?v=q1QaNzJH1xY			
Semana 10	Planes de mejoramiento	SEMANA INSTITUCIONAL			

INFORME FINAL										INFORME PARCIAL					
Evaluación de periodo 25 %		Actitudinal 10 %		Evaluaciones-quiz 25 %		Actividades de proceso 40 %		Evaluaciones-Quiz 25 %		Actividades de proceso 40 %					
Evaluación por competencias		Coevaluación.		Desplazamientos libres y dirigidos		Ejecución de ejercicios Desplazamientos libres y dirigidos		Ejecución de ejercicios Relaciones temporales. Rápido, lento, normal.		Representación gráfica Ritmo corporal					
Evaluación de contenido		Autoevaluación.		Ejecución de ejercicios lanzamiento y atrapes de objetos		Ejecución de ejercicios Ritmo corporal		Ejecución de ejercicios Control respiratorio.		Representación gráfica Coordinación audio-motriz					
								Ejecución de ejercicios propuestos Lateralidad		Representación gráfica Relaciones temporales. Rápido, lento, normal.					
								Desplazamientos al polideportivo		Representación gráfica Control respiratorio.					
										Representación gráfica Lateralidad					