



COLEGIO PARROQUIAL SAN GABRIEL DE LA DOLOROSA  
PLAN DE ASIGNATURA  
ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

Grado: Cuarto

Periodo: **Primero**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas semanales)

Docente:

**Pregunta Problematicadora:** ¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?

**Competencias:** Motriz - Expresiva Corporal - Axiológica Corporal

**Estándares básicos de competencias**

**Motriz**

Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

**Expresiva Corporal**

Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.

**Axiológica corporal**

Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

**Indicadores de Desempeño**

**Cognitivo**

Reconozco movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.

**Praxeológico**

Ejecuto movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las diferentes situaciones de juego.

**Axiológico**

Valoro la importancia de la actividad física para la conservación de la salud.

**Semana**

**Ejes  
Temáticos**

**Estrategias Metodológicas**

**Recursos**

**Acciones  
Evaluativas**

1	Conducta de entrada y recomendaciones generales para la clase.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo Individual.</li> <li>• Trabajo colaborativo.</li> <li>• Trabajo en equipo.</li> <li>• Línea del tiempo, según el tema</li> <li>• Registro anecdótico (Participación en clase teórica y práctica)</li> <li>• Creatividad de clase</li> <li>• Infografía</li> <li>• Cómic</li> <li>• Ilustraciones.</li> <li>• Mapas mentales.</li> <li>• Mapas conceptuales.</li> <li>• Lluvia de ideas.</li> <li>• Proyección de videos</li> <li>• Sustentaciones.</li> <li>• Informes de lectura</li> <li>• Presentación de diapositivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Galería de imágenes</li> <li>• Hidratación</li> <li>• Correo institucional</li> <li>• Chat de plataformas</li> <li>• Plataformas institucionales</li> <li>• Web</li> <li>• Grabación de audios</li> <li>• Bailes</li> <li>• Fichero en juegos de entretenimiento</li> <li>• Tablero</li> <li>• Marcadores</li> <li>• Carteleras e imágenes de base</li> <li>• Prácticas de la clase experimental</li> <li>• Ejercicios de campo a nivel corporal (Estudiantes – Docente)</li> <li>• Materiales auditivos como: (Bafle – Música – Micrófono – Cables – Pc - USB).</li> <li>• La voz del docente</li> <li>• Silbatos</li> <li>• Cronómetros</li> <li>• Materiales deportivos como: (Conos de pico – Conos de plato –</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comportamiento</li> <li>• Asistencia</li> <li>• Escala de actitudes</li> <li>• Saberes previos</li> <li>• Pruebas de estudio</li> <li>• Pruebas de atención</li> <li>• Actividades en el aula</li> <li>• Actividades investigativas (Como: Tareas extra escolares y consultas)-</li> <li>• Prueba del 10% en cada periodo</li> <li>• Revisión de los deberes</li> <li>• Revisión del cuaderno</li> <li>• Quices</li> <li>• Praxis individual</li> <li>• Praxis colectiva</li> </ul>
2	Dibujar el cuerpo humano, sus partes y funciones.			
3	Ejecución y preparación de un adecuado calentamiento físico.			
4	Clasificación de los alimentos y bebidas hidratantes.			
5	Aplicación de formaciones y sistemas.			
6	Circuitos perceptivos.			
7	<b>EVALUACIÓN DE PERIODO</b> <b>Praxis:</b> Circuitos de acción motriz individual.			
8	Circuitos de acciones motrices grupales.			
9	Test de habilidades físicas motrices.			
10	Refuerzos de habilidades motrices. Elaboración de cárteles sobre cultura física, y salud para la práctica deportiva.			

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Música de animación</li> <li>• Juego de palabras</li> <li>• Conceptos para promover</li> <li>• Fichas de trabajo</li> <li>• Glosario de clase</li> <li>• Aprendizaje cooperativo</li> <li>• Secuencias didácticas</li> <li>• Construcción de gráficos y cuadros</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pelotas de baloncesto – Fútbol – Voleibol – Balonmano – Rugby – Plásticas - Goma – Tenis – De mano – Pimpones entre otras)</li> <li>•Cuerdas como: (Lazos personales – Manilas)</li> <li>•Arcos de fútbol: (Grandes – Mini arcos)</li> <li>•Aros plásticos</li> <li>•Clavas de madera</li> <li>•Testigos de atletismo</li> <li>•Raquetas de tenis</li> <li>•Colchonetas</li> <li>•Tizas</li> <li>•Bates de béisbol</li> <li>•Malla de voleibol</li> <li>•Petos</li> <li>•Juegos de mesa</li> <li>•Tapas plásticas</li> <li>•Escaleras de coordinación</li> <li>•Bastones de madera</li> <li>•Balde o canecas</li> <li>•Globos</li> <li>•Vasos desechables</li> <li>•Cocas plásticas</li> <li>•Colores</li> <li>•Cuaderno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disposición de clase práctica en los ejercicios</li> <li>• Exposiciones</li> <li>• Reflexión: (Autoevaluación – Heteroevaluación)</li> <li>• Creatividad</li> <li>• Autocontrol del propio aprendizaje</li> <li>• Solución de problemas</li> <li>• Interés por responder</li> <li>• Tareas relacionadas con exigencias de alto nivel</li> <li>• Banco de preguntas</li> </ul>
--	--	---	--	--

- |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Fotocopias</li><li>• Patio</li><li>• Aula de clase</li><li>• Bancas</li><li>• Escaleras del edificio</li><li>• Señalizaciones para juegos</li><li>• Papel iris - Block</li></ul> |  |
|--|--|--|--|--|