



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

Grado: Quinto	Periodo: Primero	Fecha de inicio:
		Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas semanales) **Docente:**

Pregunta Problematicadora: ¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?

Competencias: Motriz - Expresiva Corporal - Axiológica Corporal

Estándares básicos de competencias

Motriz	Expresiva Corporal	Axiológica corporal
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

Indicadores de Desempeño

Cognitivo	Praxeológico	Axiológico
Identifico posibilidades motrices adecuadas para usar mi tiempo libre.	Realizo formas de juego donde trabajo la imagen, el ajuste y control corporal.	Demuestro interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.

Semana	Ejes Temáticos	Estrategias Metodológicas	Recursos	Acciones Evaluativas
1	Adaptación a la actividad física (Lúdica).		• Galería de imágenes	

2	Acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Trabajo colaborativo. • Trabajo en equipo. • Línea del tiempo, según el tema • Registro anecdótico (Participación en clase teórica y práctica) • Creatividad de clase • Infografía • Cómic • Ilustraciones. • Mapas mentales. • Mapas conceptuales. • Lluvia de ideas. • Proyección de videos • Sustentaciones. • Informes de lectura 	<ul style="list-style-type: none"> • Hidratación • Correo institucional • Chat de plataformas • Plataformas institucionales • Web • Grabación de audios • Bailes • Fichero en juegos de entretenimiento • Tablero • Marcadores • Carteleras e imágenes de base • Prácticas de la clase experimental • Ejercicios de campo a nivel corporal (Estudiantes – Docente) • Materiales auditivos como: (Bafle – Música – Micrófono – Cables – Pc - USB). • La voz del docente • Silbatos • Cronómetros • Materiales deportivos como: (Conos de pico – Conos de plato – 	<ul style="list-style-type: none"> • Comportamiento • Asistencia • Escala de actitudes • Saberes previos • Pruebas de estudio • Pruebas de atención • Actividades en el aula • Actividades investigativas (Como: Tareas extra escolares y consultas)- • Prueba del 10% en cada periodo • Revisión de los deberes • Revisión del cuaderno • Quices • Praxis individual • Praxis colectiva
3	Conductas de entrada (Registros de datos básicos y médicos).			
4	Realizar una cartelera identificando la importancia del ejercicio, para mantener una buena salud			
5	Identificar la forma adecuada de realizar actividades deportivas, para mantener una buena salud.			
6	Identificar, diferenciar y practicar los deportes, según sus modalidades (Individuales y grupales).			
7	<p style="text-align: center;">EVALUACIÓN DE PERIODO</p> <p>Praxis: Identificar, diferenciar y practicar los deportes según su modalidad (De combate).</p>			
8	Ventajas y desventajas de algunos deportes.			
9	Normas de seguridad e higiene de mi cuerpo, de mis implementos y uniforme,			

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

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