



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

Grado: Segundo

Periodo: **Primero**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas semanales)

Docente:

Pregunta Problematicadora: ¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?

Competencias: Motriz - Expresiva Corporal - Axiológica Corporal

Estándares básicos de competencias

Motriz

Exploro formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.

Expresiva Corporal

Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.

Axiológica Corporal

Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

Indicadores de Desempeño

Cognitivo

Relaciono las posibilidades de movimiento en el ritmo y la actividad física a partir de juegos y rondas.

Praxeológico

Desarrollo y creo movimientos siguiendo diferentes ritmos musicales.

Axiológico

Asumo hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas.

Semana

Ejes Temáticos

Estrategias Metodológicas

Recursos

Acciones Evaluativas

1	Identificación de los órganos del cuerpo: (Vista – Oído – Tacto – Gusto – Corazón – Pulmones – Estómago) (Anexo con canciones o juegos).	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo Individual. • Trabajo colaborativo. • Trabajo en equipo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Galería de imágenes • Hidratación • Correo institucional • Chat de plataformas • Plataformas institucionales 	<ul style="list-style-type: none"> • Comportamiento • Asistencia • Escala de actitudes
2	Secuencia y preparación de un calentamiento físico (General y específico).	<ul style="list-style-type: none"> • Línea del tiempo, según el tema 	<ul style="list-style-type: none"> • Web • Grabación de audios • Bailes • Fichero en juegos de entretenimiento 	<ul style="list-style-type: none"> • Saberes previos • Pruebas de estudio • Pruebas de atención
3	Practica de hábitos saludables durante la clase y para la vida, aseo de manos, aseo bucal, hidratación, uniforme limpio.	<ul style="list-style-type: none"> • Registro anecdótico (Participación en clase teórica y práctica) • Creatividad de clase 	<ul style="list-style-type: none"> • Infografía • Tablero • Marcadores • Carteleras e imágenes de base 	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades en el aula • Actividades investigativas (Como: Tareas extra escolares y consultas)-
4	Cuidado de su cuerpo y el de los demás, previniendo accidentes durante la clase.	<ul style="list-style-type: none"> • Cómico • Ilustraciones. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prácticas de la clase experimental • Ejercicios de campo a nivel corporal (Estudiantes – Docente) 	<ul style="list-style-type: none"> • Prueba del 10% en cada periodo
5	Formaciones básicas: (Fila – Hilera – Círculos – Semicírculos – Cuadro – Escuadra).	<ul style="list-style-type: none"> • Mapas mentales. • Mapas conceptuales. • Lluvia de ideas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales auditivos como: (Bafle – Música – Micrófono – Cables – Pc - USB). • La voz del docente 	<ul style="list-style-type: none"> • Revisión de los deberes • Revisión del cuaderno
6	Realizar calentamientos identificando las diferentes articulaciones ubicadas en el cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> • Proyección de videos • Sustentaciones. • Informes de lectura 	<ul style="list-style-type: none"> • Silbatos • Cronómetros 	<ul style="list-style-type: none"> • Quices • Praxis individual
7	EVALUACIÓN DE PERIODO			

	Praxis: Intercambio deportivo manejando tiempos de finalización para la vuelta a la calma.	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de diapositivas. • Música de animación 	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales deportivos como: (Conos de pico – Conos de plato – Pelotas de baloncesto – Fútbol – Voleibol – Balonmano – Rugby – Plásticas - Goma – Tenis – De mano – Pimpones entre otras) • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • Praxis colectiva • Disposición de clase práctica en los ejercicios • 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
8	Intercambio deportivo orientado a la importancia de la hidratación antes, durante y después.	<ul style="list-style-type: none"> • Juego de palabras • Conceptos para promover • Fichas de trabajo 		
9	Formaciones y avances manteniendo la coordinación, el puesto y el ritmo (caminando).	<ul style="list-style-type: none"> • Glosario de clase • Aprendizaje cooperativo • Secuencias didácticas 		
10	Formaciones y avances manteniendo la coordinación, el puesto y el ritmo (trotando y corriendo).	<ul style="list-style-type: none"> • Construcción de gráficos y cuadros 		

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