



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

Grado: Primero

Periodo: **Segundo**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal:(2 Horas semanales)

Docente:

Pregunta Problematicadora: ¿Qué expreso con mi cuerpo cuándo realizo 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

Identifico las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase.

Praxeológico

Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.

Axiológico

Coopero y disfruto con mis compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase deportiva.

Semana

Ejes Temáticos

Estrategias Metodológicas

Recursos

Acciones Evaluativas

1	Habilidades básicas (Caminar, correr, saltar, lanzar, subir, bajar).	<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 • Presentación de diapositivas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Galería de imágenes • 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 	<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
2	Ejercicios con movimientos (adelante, atrás, de lado, arriba, y abajo, derecha, izquierda).			
3	Control de objetos, superación de obstáculos.			
4	Ejercicios y posiciones (De pie, sentado, de cubito dorsal, de cubito abdominal, cuadrupedia).			
5	Manejo de extremidades e implementos con un solo pie, una sola mano o con ambas.			
6	Con mayor complejidad (Manejo de extremidades e implementos con un solo pie, una sola mano, con ambas).			
7	<p style="text-align: center;">EVALUACIÓN DE PERIODO</p> <p>Praxis: Traslado de implementos con diferentes ritmos en diferentes direcciones.</p>			
8	Equilibrio con y sin objetos, utilizando la mano, al pasar de un lado a otro.			
9	Manejo y traslado de balones a diferentes ritmos y direcciones (Drible).			
10	Desplazamiento del cuerpo, en pruebas y competencias.			

		<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"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • Quices • Praxis individual • 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
--	--	---	--	--

			<ul style="list-style-type: none">• Escaleras de coordinación• Bastones de madera• Baldes o canecas• Globos• Vasos desechables• Cocas plásticas• Colores• Cuaderno• Fotocopias• Patio• Aula de clase• Bancas• Escaleras del edificio• Señalizaciones para juegos• Papel iris - Block	<p>exigencias de alto nivel</p> <ul style="list-style-type: none">• Banco de preguntas
--	--	--	--	--