



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

Grado: Décimo

Periodo: **Tercero**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas)

Docente:

Pregunta Problematicadora: ¿Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?

Competencias: Motriz - Expresiva Corporal - Axiológica Corporal

Estándares básicos de competencias

Motriz

Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos

Expresiva Corporal

Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.

Axiológica corporal

Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

Indicadores de Desempeño

Cognitivo

Identifico las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer al contribuir y mejorar mi calidad de vida.

Praxeológico

Demuestro capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que me ayuden a mejorar mi calidad de vida.

Axiológico

Aplico a mi vida cotidiana prácticas deportivas y corporales que mejoran el bienestar de mi salud.

Semana

Ejes Temáticos

Estrategias Metodológicas

Recursos

Acciones Evaluativas

1	Tarjetas y jugadores	<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 • Materiales deportivos como: (Conos de pico – Conos de plato – 	<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.
2	Administración y organización deportiva.			
3	Organización deportiva: Eliminación sencilla.			
4	Organización deportiva: Todos contra todos.			
5	Organización deportiva: Campeonato telaraña.			
6	Planillajes.			
7	EVALUACIÓN DE PERIODO Praxis: Arbitrajes.			
8	Manejo de cronometro			
9	Mini torneos x 3			
10	Producción Inter- clases.			

		<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"> • 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 • Cocas plásticas • Colores • Cuaderno 	<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">• Fotocopias• Patio• Aula de clase• Bancas• Escaleras del edificio• Señalizaciones para juegos• Papel iris – Block | |
|--|--|--|--|--|