



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

Grado: Segundo

Periodo: **Tercero**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas semanales)

Docente:

Pregunta Problematicadora: ¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?

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

Comparo los cambios fisiológicos de mi cuerpo y el de los compañeros, a través del juego individual y grupal.

Praxeológico

Experimento y pongo en práctica las posibilidades de conocer y sentir las variaciones de mi respiración, sudoración y latido cardiaco, a partir de diferentes prácticas corporales.

Axiológico

Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase práctica.

Semana

**Ejes
Temáticos**

Estrategias Metodológicas

Recursos

**Acciones
Evaluativas**

| | | | | |
|----|--|--|--|--|
| 1 | Desarrollo de las capacidades físicas (Velocidad – Fuerza). | <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"> • 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 |
| 2 | Desarrollo de las capacidades físicas (Resistencia – Flexibilidad). | | | |
| 3 | Pre deportivos de competencia en las capacidades físicas. | | | |
| 4 | Ejercicios o actividades para el desarrollo de la fuerza | | | |
| 5 | Ejercicios o actividades para el desarrollo de la flexibilidad | | | |
| 6 | Ejercicios o actividades para el desarrollo de la resistencia. | | | |
| 7 | EVALUACIÓN DE PERIODO Praxis: Ejercicios o actividades para desarrollo de la velocidad. | | | |
| 8 | Intercambio de capacidades físicas para comparar el nivel físico. (Test de condición física). | | | |
| 9 | Deportes individuales y sus combinaciones. | | | |
| 10 | Deportes colectivos y sus combinaciones. | | | |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <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"> • 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 |
|--|--|---|--|--|

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