



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

Grado: Décimo

Periodo: **Cuarto**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas semanales)

Docente:

Pregunta Problematicadora: ¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?

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 la lógica y los intereses de la práctica motriz individual y colectiva.

Praxeológico

Aplico en las situaciones de juego los fundamentos técnicos y los principios de convivencia y valores escolares.

Axiológico

Fomento la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes.

Semana	Ejes Temáticos	Estrategias Metodológicas	Recursos	Acciones Evaluativas
1	Enfermedades más comunes y sus medidas de prevención.	• Trabajo Individual.	• Galería de imágenes • Hidratación	• Trabajo Individual.

2	Enfermedades más comunes y sus medidas de prevención.	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Música de animación 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 – Pelotas de baloncesto – Fútbol – Voleibol – 	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • Música de animación
3	Torneos y olimpiadas deportivas.			
4	Torneos deportivos en varias modalidades.			
5	Juegos tradicionales			
6	Caminatas.			
7	EVALUACIÓN DE PERIODO Praxis: Juego de desafíos.			
8	Modalidad deportiva de Kickball.			
9	Modalidad deportiva de Palotroke			
10	Modalidad deportiva Ultimate			

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