



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

Grado: Noveno

Periodo: **Cuarto**

Fecha de inicio:

Fecha de finalización:

Intensidad Horaria Semanal: (2 Horas semanales)

Docente:

Pregunta Problematicadora: ¿Cómo fortalecer los hábitos de postura e higiene corporal?

Competencias: Motriz - Expresiva Corporal - Axiológica Corporal

Estándares básicos de competencias

Motriz

Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.

Expresiva Corporal

Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.

Axiológica corporal

Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.

Indicadores de Desempeño

Cognitivo

Identifico las formas de promoción en la salud, postura e higiene corporal.

Praxeológico

Realizo con eficiencia y agrado las actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable.

Axiológico

Soy referente ante el grupo por la práctica regulada y cotidiana de la actividad física, en el orden, aseo y alimentación saludable.

Semana	Ejes Temáticos	Estrategias Metodológicas	Recursos	Acciones Evaluativa
1	Historia de la gimnasia		• Galería de imágenes	

2	Gimnasia a manos libres	<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"> • 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 – Pelotas de baloncesto – 	<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.
3	Gimnasia – Rollos – Volteos – Paradas de manos			
4	Gimnasia: Cajón Sueco			
5	Pruebas de pista y de campo.			
6	Carreras de velocidad – Semifondo – Fondo.			
7	EVALUACIÓN DE PERIODO Praxis: Saltos: Largo – Triple – Con garrocha.			
8	Lanzamientos: Jabalina – Disco – Martillo – Bala.			
9	Competencias atléticas: maratón.			
10	Competencias atléticas.			

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