



Educación Física

Grado Tercero



Segundo período

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALFONSO LÓPEZ PUMAREJO
PLAN DE ÁREA**

NIVEL ESCOLAR: BÁSICA PRIMARIA	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO: TERCERO
ÁREA: ED. FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE	PERIODO: SEGUNDO

ESTÁNDAR BÁSICO DE COMPETENCIA

FACTORES

PRÁCTICA RECREATIVA.

ENUNCIADOS

Comprende la importancia de la práctica recreativa y deportiva al aire libre.

SUBPROCESOS

Realiza prácticas deportivas al aire libre.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Comprende los niños la importancia de la práctica deportiva al aire libre?

COMPETENCIAS

INTERPRETATIVA

- Realiza ejercicios combinando ritmos y resistencia utilizando elementos y aplicando los movimientos de su esquema y ajuste corporal
- Desarrolla capacidades perceptivas motrices a través de la estimulación sensorial, ejecutando diferentes movimientos de su esquema corporal.

ARGUMENTATIVA

Identifico las tareas y acciones en las que los otros (padres, pares, docentes) son mejores que yo. Busco aprender de la forma como los otros actúan y obtienen resultados.

PROPOSITIVA

Expresa mis sentimientos y emociones mediante distintas formas y lenguajes (gestos, palabras, pintura, teatro, juegos, etc.).

LABORAL

Reconozco las emociones básicas (alegría, tristeza, rabia, temor) en mi y en las otras personas.

CIUDADANA

Identifico mis emociones y reconozco su influencia en mi comportamiento y decisión.

GRUPOS TEMÁTICOS

CONTENIDOS

- Desplazamiento con ritmos
- Caminando
- Saltando
- Trotando
- Marchando

LOGROS ESPERADOS

Combina desplazamientos, marcha, carrera, saltos, teniendo en cuenta el ritmo.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

Uniforme adecuado y completo (el de la Institución), asistencia puntual, aportes del material para realizar la clase, participación en clase.

PROCESOS EDUCATIVOS DEL ÁREA

METODOLOGÍA

Se parte de lo más sencillo que es caminar recto mirando al frente y con movimientos coordinados de pies y brazos, trote corto normal, levantar las piernas realizando la respiración adecuada. Después correr moderadamente usando los espacios disponibles ``50-100mts``. Saltar la cuerda y otros obstáculos, caminar en un pie por una línea o una tabla a poca altura ayudándose con los brazos para guardar el equilibrio.

MATERIAL DIDÁCTICO

- Material humano
- Lazos, líneas trazadas en el suelo
- Tablón de madera
- Espacio (patio)
- Pañuelos

EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS

CRITERIOS	DESEMPEÑOS
COGNITIVO	SUPERIOR Desarrolla actividades de exigencia física para aumentar sus posibilidades deportivas incluso competitivas.
	ALTO Realiza correctamente movimientos combinando el ritmo.
	BÁSICO Realiza movimientos combinando el ritmo.
	BAJO Realiza algunos movimientos llevando ritmo.
PERSONAL	SUPERIOR Contextualiza actividades físicas para desarrollar habilidades motoras que le permitan desarrollar un adecuado esquema corporal
	ALTO Diferencia con facilidad movimientos llevando el ritmo adecuado

	BÁSICO Diferencia movimientos llevando ritmo.
	BAJO Diferencia algunos movimientos llevando el ritmo.
SOCIAL	SUPERIOR Intercambia actividades físicas con sus pares donde realizan ejercicios en grupo que desarrollan su rendimiento físico.
	ALTO Maneja ejercicios llevando el ritmo y utilizando diferentes elementos.
	BÁSICO Utiliza elementos llevando el ritmo en diferentes ejercicios.
	BAJO Realiza algunos ejercicios llevando el ritmo.

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DE APOYO

DEBILIDADES EN EL PROCESO FORMATIVO (plan especial de apoyo)

Realizar ejercicios elementales de movimientos conservando el equilibrio corporal.

METAS DE CALIDAD

Alcanzar a corto, mediano y largo plazo, que el estudiante adquiriera las condiciones físicas necesarias para su desempeño en cualquier actividad laboral, lúdica, recreativa, competitiva etc. por la cual sea requerido.