



Educación Física

Grado Cuarto



Segunda período

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

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

ESTÁNDAR BÁSICO DE COMPETENCIA

FACTORES

PATRONES BÁSICOS DE MOVIMIENTO.

ENUNCIADOS

Coordina patrones básicos de movimiento y conserva su equilibrio en la ejecución de ellos.

SUBPROCESOS

Asocia los patrones de movimientos con los fundamentos de las prácticas deportivas.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Tengo en cuenta las diferentes recomendaciones o técnicas para realizar las diferentes clases de salto?

COMPETENCIAS

INTERPRETATIVA

ARGUMENTATIVA

- Diferencia ejercicios de implicación de velocidad y resistencia mediante la práctica y desarrollo de las cualidades físicas.
- Inicia al desarrollo de cualidades físicas PRE-deportivas para mejorar el esquema y ajuste corporal, fortaleciendo la creatividad en la participación de actividades lúdicas.

PROPOSITIVA

Ejecuto en forma técnica las diferentes clases de saltos.

LABORAL

Practico en grupo las diferentes formas de salto.

CIUDADANA

Promuevo en el entorno las diferentes técnicas de salto.

GRUPOS TEMÁTICOS

CONTENIDOS

- Cualidades físicas específicas de velocidad.
- Resistencia, Velocidad, agilidad.

- Coordinación, ritmo, equilibrio.
- Formación: hileras, filas, giros.
- Formación: marcha, escuadras, conversiones

LOGROS ESPERADOS

Mejora y desarrolla las cualidades físicas de velocidad y resistencia mediante la práctica.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

Uniforme adecuado para la clase (uniforme de la institución), participación en clase, asistencia puntual, aporte de elementos, revisión de elementos con la temática dada.

PROCESOS EDUCATIVOS DEL ÁREA

METODOLOGÍA

- Activa participativa
- Investigación y sustentación
- Trabajos individuales por parejas, en grupo usando elementos.

MATERIAL DIDÁCTICO

- pitos
- balones
- cronometro

EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS

CRITERIOS	DESEMPEÑOS
COGNITIVO	SUPERIOR
	ALTO Realizar ejercicios combinando velocidad y resistencia.
	BÁSICO Realiza ejercicios que requieren velocidad y resistencia.
	BAJO Realiza algunos ejercicios que requieren velocidad y resistencia.
PERSONAL	SUPERIOR
	ALTO Utiliza en la clase ejercicios que requieren velocidad y resistencia.
	BÁSICO Realiza en los ejercicios de velocidad y resistencia.
	BAJO Reconoce en algunos ejercicios de velocidad y resistencia.
SOCIAL	SUPERIOR
	ALTO Utiliza una gran velocidad y resistencia en la práctica deportiva.
	BÁSICO Ofrece alternativas en mantener velocidad y resistencia en la ejecución de ejercicios.
	BAJO Descubre su falta velocidad y resistencia en la ejecución de ejercicios.

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DE APOYO

DEBILIDADES EN EL PROCESO FORMATIVO (plan especial de apoyo)

Realizar ejercicios para desarrollar las actividades físicas.

METAS DE CALIDAD

Relacionar en sus pasatiempos la aplicación de las actividades físicas.