



*Educación Física*

*Grado Sexto*



*Segundo período*

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

<b>NIVEL ESCOLAR:</b> BÁSICA SECUNDARIA	<b>INTENSIDAD HORARIA:</b> 2 HORAS
<b>ASIGNATURA:</b> EDUCACIÓN FÍSICA	<b>GRADO:</b> SEXTO
<b>ÁREA:</b> ED. FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE	<b>PERIODO:</b> SEGUNDO

**ESTÁNDAR BÁSICO DE COMPETENCIA**

**FACTORES**

Patrones de manipulación

**ENUNCIADOS**

Ejecución de los patrones básicos de manipulación de acuerdo con las características del patrón maduro.

**SUBPROCESOS**

- Ejecuto patrones de manipulación
- Analizo la importancia sobre la nutrición e higiene en el deporte
- Comprendo la importancia de los movimientos mecánicos del cuerpo
- Distingo las manifestaciones artísticas y rítmicas mediante ecos, palmoteos etc.
- Reconozco las cualidades físicas mediante diversidad de ejercicios
- Identifico los patrones de manipulación teniendo en cuenta las generalidades y conceptos.

**FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿En las clases prácticas aplica normas de seguridad, higiene y nutrición en su vida diaria?

**COMPETENCIAS**

**INTERPRETATIVA**

Reconoce la importancia de la práctica de actividades deportivas, recreativas, culturales para el mejoramiento de la calidad de vida.

**ARGUMENTATIVA**

Demuestra los conceptos básicos de nutrición e higiene en las prácticas recreativas y deportivas.

**PROPOSITIVA**

Utiliza el juego como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos, valores y ejecuta actividades de ocio para descansar.

**LABORAL**

Maneja el juego como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos, valores y ejecuta actividades de ocio para descansar.

**CIUDADANA**

Comprendo que el engaño afecta la confianza entre las personas y reconozco la importancia de recuperar la confianza cuando se ha perdido.

## GRUPOS TEMÁTICOS

### CONTENIDOS

- HABILIDAD DEPORTIVA
- Patrones de manipulación
- Principios básicos de nutrición e higiene
- Movimientos mecánicos del cuerpo
- Manifestaciones artísticas: ecos rítmicos “palmoteo, tamborín, voz, golpeteo”
- Cualidades físicas
- Patrones de manipulación: voleibol: generalidades y conceptos del juego

### LOGROS ESPERADOS

- Aplicar los principios básicos de nutrición e higiene en su vida diaria.
- Identificar normas básicas para una buena nutrición para lograr buen desempeño en la vida diaria.

### PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

- Realización de juegos aplicados
- Ejecución de movimientos mecánicos del cuerpo
- Trabajos de consulta sobre: nutrición, higiene, juego

## PROCESOS EDUCATIVOS DEL ÁREA

### METODOLOGÍA

- Trabajos de consulta y exposición sobre nutrición e higiene y generalidades del juego
- Organización de coreografías sencillas acompañadas ritmos naturales
- Desarrollo de los ejercicios físicos.

### MATERIAL DIDÁCTICO

- Grabadora,
- CD,
- ilustraciones,
- enciclopedias,
- clavas,
- sogas,
- balones medicinales,
- balones deportivos,
- película “La importancia de la Nutrición”

## EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS

CRITERIOS	DESEMPEÑOS
COGNITIVO	SUPERIOR Promuevo el desarrollo de actividades físicas que posibilitan un desempeño en los movimientos mecánicos del cuerpo y las manifestaciones artísticas mejorando la calidad de vida.
	ALTO Realiza actividades físicas que posibilitan un estilo de vida saludable.

	BÁSICO Aplico cualidades físicas para obtener un mejor rendimiento deportivo.
	BAJO No aplico cualidades físicas para obtener un mejor rendimiento deportivo.
<b>PERSONAL</b>	SUPERIOR Participa activamente de las actividades deportivas y trabajos tendientes a mejorar la presentación personal de la comunidad escolar.
	ALTO Uso correctamente el uniforme oficial o el vestuario acordado. No usa maquillaje ni accesorios exclusivos según el pacto de convivencia.
	BÁSICO Demuestro interés por consultar los temas y ponerlos en práctica.
	BAJO No usa correctamente el uniforme ni demuestro interés por aprender los temas del periodo.
<b>SOCIAL</b>	SUPERIOR Promuevo prácticas que conllevan al uso del vocabulario decente.
	ALTO Uso vocabulario amable y respetuoso al dirigirse a los demás.
	BÁSICO Trata a los demás con un vocabulario decente.
	BAJO Practico un vocabulario soez o despectivo que irrespeta a los demás.

#### **ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DE APOYO**

##### **DEBILIDADES EN EL PROCESO FORMATIVO (plan especial de apoyo)**

Desarrollar los patrones de locomoción relacionando con las cualidades físicas para obtener mejor rendimiento deportivo.

#### **METAS DE CALIDAD**

Mejorar el dominio y control de los movimientos mecánicos en la práctica de actividades físicas en corto plazo en un 100%