



Educación Física

Grado Sexto



Tercer período

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

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

ESTÁNDAR BÁSICO DE COMPETENCIA

FACTORES

HABILIDADES DEPORTIVAS.

ENUNCIADOS

Clasifica y planea actividades físicas referentes a los patrones de equilibrio realizando actividades físicas necesarias como medio para conservar la estabilidad corporal.

SUBPROCESOS

- Coordina patrones de movimientos y conserva su equilibrio en la ejecución de ellos.
- Lidero prácticas de primeros auxilios y precauciones generales.
- Ejecuto las posiciones básicas, desplazamientos en el baloncesto
- Identifico las medidas de la cancha

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Tiene en cuenta algunas precauciones al realizar una actividad física?

COMPETENCIAS

INTERPRETATIVA

Identifico los primeros auxilios como parte importante que debe conocer para su buen desarrollo.

ARGUMENTATIVA

Distingo los ejercicios que sirven para el mejoramiento de las destrezas gimnásticas y deportivas.

PROPOSITIVA

Estructuro, fundamento y proyecto las técnicas necesarias en la práctica de la gimnasia y el baloncesto.

LABORAL

Estructuro fundamento y proyecto las técnicas necesarias en la práctica de la gimnasia y el baloncesto.

CIUDADANA

Reconozco que los seres vivos y el medio ambiente son un recurso único e irreplicable que merece mi respeto y consideración.

GRUPOS TEMÁTICOS

CONTENIDOS

HABILIDAD DEPORTIVA

- Patrones de equilibrio
- Gimnasia (teoría)
- Practico: rollos, ejercicios básicos, posición coreográficas básicas.
- Primeros auxilios: normas y precauciones generales
- Baloncesto nivel 1:
Posiciones básicas
Desplazamiento y dribling
Reglamento: medidas de la cancha

LOGROS ESPERADOS

- Mejorar las destrezas para la ejecución de movimientos gimnásticos y deportivos
- Asocia los patrones de locomoción con la práctica deportiva

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

- Realiza ejercicios de elongación muscular buscando mantener y mejorar la amplitud
- Dibujo de la cancha con sus medidas reglamentarias
- Realizar las posiciones básicas del baloncesto

PROCESOS EDUCATIVOS DEL ÁREA

METODOLOGÍA

- Consultas,
- Exposiciones,
- análisis sobre precauciones generales,
- medidas reglamentarias de la cancha de balón cesto.
- Desarrollo del fundamento en forma individual o grupal alterando ejercicios de aplicación y asimilación.

MATERIAL DIDÁCTICO

- Balones,
- cronómetros,
- pitos,
- colchonetas,
- balones

EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS

CRITERIOS	DESEMPEÑOS
COGNITIVO	SUPERIOR Conozco y lidero actividades teniendo en cuenta las normas de los primeros auxilios y las precauciones en general.
	ALTO Distingo las actividades físicas generales de las específicas para el logro de la eficiencia

	deportivas.
	BÁSICO Valora la competencia deportivo como elemento para el desarrollo corporal.
	BAJO Presento dificultad para realizar ejercicios que permiten mejorar la capacidad física.
PERSONAL	SUPERIOR Lidera propuesta para mejorar los espacios institucionales.
	ALTO Participa en las actividades o propuestas para embellecer o cuidar los espacios institucionales.
	BÁSICO Muestra comportamientos adecuados a los parámetros del pacto de convivencia e identifica simbologías y principios institucionales.
	BAJO No cumple con los parámetros del pacto escolar o no identifica simbologías o principios institucionales.
SOCIAL	SUPERIOR Lidero propuestas que conllevan al cuidado de los bienes de grupo.
	ALTO Realiza prácticas de cuidados de los bienes de sus compañeros.
	BÁSICO Usa adecuadamente y con autorización los bienes de los demás.
	BAJO Usa inadecuadamente o sin permiso los bienes de los demás.

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DE APOYO

DEBILIDADES EN EL PROCESO FORMATIVO (plan especial de apoyo)

En sus prácticas deportivas debe mantener la capacidad de movimiento de las articulaciones.

METAS DE CALIDAD

Mejorar las condiciones generales del organismo como base para trabajos específicos de los deportes en un 100%.