



Educación Física

Grado Séptimo



Primer Período

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

NIVEL ESCOLAR: BÁSICA SECUNDARIA	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS
ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO: SÉPTIMO
ÁREA: ED. FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES.	PERIODO: PRIMERO

ESTÁNDAR BÁSICO DE COMPETENCIA

FACTORES

Acondicionamiento físico.

ENUNCIADOS

Asocio patrones de movimientos con las funciones de las prácticas deportivas y artísticas.

SUBPROCESOS

- Diagnostico mis condiciones físicas y registro mis datos en fichas antropométricas.
- Realizo movimientos físicos para mejorar los patrones de locomoción.
- Ejecuto las diferentes carreras atléticas.
- Ejecuto movimientos corporales con la utilización del ritmo.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Es necesario el desarrollo de los patrones de movimiento en las diferentes prácticas deportivas?

COMPETENCIAS

INTERPRETATIVA

Construye modelos de ejercicios físicos en diversos campos.

ARGUMENTATIVA

Relaciona los conceptos de los temas del periodo con la actitud física para mejorar su desempeño.

PROPOSITIVA

Aplica normas de seguridad e higiene en la ejecución de actividades deportivas con miras a proteger su cuerpo.

CIUDADANA

Exijo el cumplimiento de las normas y los acuerdos por parte de las autoridades, de mis compañeros y de mi mismo.

LABORAL

GRUPOS TEMÁTICOS

CONTENIDOS

- Diagnostico – tés – física antropométrica

- Patrones de locomoción y movimiento físico
- Atletismo: fundamentos técnicos básicos; carreras.
- Manifestaciones artísticas: bailes, cantos modernos.

LOGROS ESPERADOS

Aplicar los patrones de movimientos en las prácticas atléticas y rítmicas.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

- Evalúa en forma individual el proceso metodológico de salidas y carreras.
- Observación directa
- Participación en actividades extracurriculares.

PROCESOS EDUCATIVOS DEL ÁREA

METODOLOGÍA

Hacer un seguimiento de los distintos patrones de seguimiento a los diferentes patrones de movimiento en las prácticas deportivas y rítmicas.

Utilizar las diferentes fases de desarrollo de un plan de trabajo.

MATERIAL DIDÁCTICO

- Bastones
- Lazos
- Polideportivo
- Cancha
- Pito
- Cronometro
- Tacos
- Grabadoras
- CDS.

EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS

CRITERIOS	DESEMPEÑOS
COGNITIVO	SUPERIOR Demuestro mucho interés por aplicar correctamente los fundamentos técnicos en la práctica de los deportes.
	ALTO Aplico correctamente los fundamentos técnicos de la práctica de los deportes.
	BÁSICO Aplico los fundamentos técnicos en la práctica de los deportes.
	BAJO Demuestro apatía por aplicar los fundamentos tácticos en la práctica de los deportes.
PERSONAL	SUPERIOR Aprendo rápidamente contenidos de la asignatura y los aplico en la vida cotidiana.
	ALTO Soy responsable con el manejo y utilización de los recursos didácticos y deportivos.
	BÁSICO Aplico normas básicas de seguridad en el trabajo.

	BAJO No demuestro interés por aprender ni porto el uniforme o vestuario convenido en forma adecuada.
SOCIAL	SUPERIOR Organizo y lidero frecuentemente actividades dirigidas a dinamizar, recuperar y conservar el medio ambiente.
	ALTO Mantengo y respeto las normas de juego y creo otras nuevas.
	BÁSICO Conservo en buenas condiciones mi comportamiento y el ambiente escolar.
	BAJO Ridiculizo las opiniones de los compañeros.

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DE APOYO

DEBILIDADES EN EL PROCESO FORMATIVO (plan especial de apoyo)

Utilizar los patrones de movimientos en un circuito con cinco estaciones.

METAS DE CALIDAD

Lograr mayor participación de los estudiantes en competencias atléticas en un 80%.