	Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO		
	PLANEACIÓN SEMANAL 2023		
Área:	**EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES**	**Asignatura:**	**EDUCACIÓN FÍSICA**
Periodo:	1	**Grado:**	**CUARTO**
Fecha inicio:	**15 DE ENERO**	**Fecha final:**	**24 DE MARZO**
Docente:	**DURLEY MARIA MENDEZ BARRERA**	**Intensidad Horaria semanal:**	**2**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:

¿Cuáles son mis posibilidades de movimiento para la práctica de las actividades físicas?

COMPETENCIAS:

- Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos
- Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.
- Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.

ESTANDARES BÁSICOS:

- Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas
- Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.
- Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

DBA (DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE)

INDICADORES DE DESEMPEÑO	
INTERPRETATIVO:	Asocia y coordina los patrones básicos de movimientos con los fundamentos técnicos básicos de las prácticasdeportivas.

ARGUMENTATIVO:	Desarrolla movimientosde agilidad y habilidad con pelotas, bastones, cuerdas y otros.
PROPOSITIVO:	Coordina patrones básicos de movimientos y conserva su equilibrio en la ejecución de ellos.

Semana	Referente temático	Actividades	Acciones evaluativas
15 AL 19 ENERO	Movimiento corporal y Desarrollo de las HMB	• Calentamiento. • Estiramiento. • Saltos de payaso. • Tijera. • Saltos con piernas recogidas	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
22 AL 26 ENERO	Movimiento corporal y Desarrollo de las HMB	• Desplazamiento lateral. • Estiramiento. • Saltos de payaso. • Tijera. • Saltos con piernas recogidas	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
DEL 29 ENERO AL 2 FEBRERO	Coordinación óculo -manual	• Calentamiento. • Giro con bastón. • Bote de pelota por medio de las piernas. • Lanza la pelota, aplaude dos veces y la atrapa. • Estiramiento	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
5 AL 9 FEBRERO	Coordinación óculo	• Calentamiento. • Golpear la bomba con el pie varias veces sin que toque el suelo. • Con el bastón en el suelo realiza saltos por	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y

	pedica	encimadel mismo. • Desplazamientos por el bastón. Estiramiento.	grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
12 AL 16 FEBRERO	Coordinación óculo pedica	• Calentamiento. • Golpear la bomba con el pie varias veces sin que toque el suelo. • Con el bastón en el suelo realiza saltos por encimadel mismo. • Desplazamientos por el bastón. • Estiramiento.	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
19 AL 23 FEBRERO	Coordinación óculopedal	• Calentamiento. • Golpear la bomba con el pie varias veces sin que toque el suelo. • Con el bastón en el suelo realiza saltos por encimadel mismo. • Desplazamientos por el bastón. • Estiramiento.	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
DEL 26 FEBRERO AL 1 MARZO	Actividad física	• Fuerza focalizada	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
4 AL 8 MARZO	Coordinación óculo -manual	• Calentamiento. • Giro con bastón. • Bote de pelota por mediode las piernas. • Lanza la pelota, aplaudedos veces y la atrapa. • Estiramiento	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.

11 AL 15 MARZO	Autoevaluación	• Realizar autoevaluación	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.
18 AL 22 MARZO	Autoevaluación	• Realizar autoevaluación	• Desarrollo de actividades propuestas de forma Individual y grupal. • Participación enclase y buen manejo de las culturas institucionales.

RECURSOS
• Cancha. • Bastón. • Bombas. • Medias. • Pelota.

OBSERVACIONES:

CRITERIOS EVALUATIVOS (PROCEDIMENTALES)
1. Trabajo Individual.

2. Trabajo colaborativo.
3. Trabajo en equipo.
4. Evaluaciones escritas (diagnósticas - externas) y orales
5. Trabajos de consulta.
6. Exposiciones.
7. Desarrollo de talleres.
8. Desarrollo de competencias texto guía.
9. Informe de lectura.
10. Mapas mentales.
11. Mapas conceptuales.
12. Aprendizaje Basado en Problemas: (ABP)
13. Portafolio.
14. Fichero o glosario.
15. Webquest.
16. Plataforma ADN

CRITERIOS EVALUATIVOS (ACTITUDINALES)

1. Manejo eficiente y eficaz del trabajo en el aula.
2. Planteamiento y resolución de problemas en situaciones diferenciadas.
3. Autoevaluación.
4. Trabajo en equipo.
5. Participación en clase y respeto por la palabra.
6. Trabajo individual y grupal de manera responsable y eficaz.
7. Presentación personal y de su entorno.

INFORME PARCIAL						INFORME FINAL						
Actividades de proceso 40 %						Actividades de proceso 40 %					Actitudinal 10 %	
											Au Eva	Co Eva.