



Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO

PLANEACIÓN SEMANAL



Área:	EUCACIÓN FISICA	Asignatura:	Ed física	
Periodo:	II	Grado:	PRIMERO	
Fecha inicio:	MARZO	Fecha final:	JUNIO	
Intensidad Horaria semanal: 2 horas				

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo hacer que desde la educación física los niños y las niñas se ubiquen en el tiempo y en el espacio a través del movimiento, y lo perciba como un medio de socialización con el otro?

Competencias:

- competencia física: motriz: interpretativa.
- competencia perceptiva motriz: argumentativa.
- competencia socio motriz: propositiva.

ESTANDARES BÁSICOS:

- Identifico y ejecuto actividades en diferentes superficies.
- Identifico la importancia de los sentidos a través de los juegos para ubicarme en el entorno y relacionarme con los demás.
- Participo en juegos y ejercicios que implican manejo y dominio del tiempo y el espacio
- Experimenta las diferentes formas de recreación.

Semana Fecha	Referente temático	Actividades	Recursos	Acciones evaluativas	Indicadores de desempeño
SEMANA 1	• PRESENTACIÓN DEL ÁREA	• Elaborar la portada y decorar.	• Balones • Lazos • Bloques • Pimpones • Bastones • Polideportivo • Música	• Manejo de materiales. • Acatamiento de órdenes • Disposición para el trabajo en clase. • Realización de ejercicios y	• PROPOSITIVA: Ejecuta la coordinación, asociación y disociación segmento-corporal con manejo de espacio y tiempo, mediante

			<ul style="list-style-type: none"> • Tiza • Hojas de block 	actividades propuestas.	
SEMANA 2	<ul style="list-style-type: none"> • EQUILIBRIO 	<ul style="list-style-type: none"> • Observaciones para el desplazamiento al polideportivo. • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con cada parte de nuestro cuerpo. • Desplazamientos sobre los lazos y marcas de la cancha haciendo equilibrio. • Revisión del trabajo. • Observa el video: • https://www.youtube.com/watch?v=e0Qm_ANXif0 		<ul style="list-style-type: none"> • Revisión del trabajo. Desplazamientos haciendo equilibrio. 	<p>la coordinación viso manual y viso pédica.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maneja la lateralidad y ubicación de espacio-temporal, realizando ejercicios de ubicación (adelante, atrás, arriba, abajo, derecha, izquierda, dentro, fuera, lejos, cerca). • INTERPRETATIVA: Valora y aplica la coordinación respiratoria con cada movimiento de la actividad física. • ARGUMENTATIVA Coordina sus movimientos con diferentes ritmos y posiciones, mediante rondas musicales.
RECESO SEMANA SANTA					
SEMANA 3	<ul style="list-style-type: none"> • ALIMENTACIÓN SANA 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar una alimentación sana • Diálogo dirigido • Observa el video: • https://www.youtube.com/watch?v=Drl477HTWNY 			
SEMANA 4	<ul style="list-style-type: none"> • COORDINACIÓN FINA 	<ul style="list-style-type: none"> • Observaciones para el desplazamiento al polideportivo. • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con cada parte de nuestro cuerpo. 		<ul style="list-style-type: none"> • Participación en las actividades, 	

		<ul style="list-style-type: none"> • Lanzar y apretar con fuerza pelotas en pareja con una y dos manos. • Movimientos por pareja con un balón en el pecho, manos y pie. <p>Actividad: Realización de actividades que generan mejorar su motricidad fina.</p> <p>Fichas interactivas: https://es.liveworksheets.com/tg1097689ra https://es.liveworksheets.com/si1306493gu https://es.liveworksheets.com/oh1275605bq https://es.liveworksheets.com/av1275696sj</p>		
SEMANA 5	<ul style="list-style-type: none"> • COORDINACIÓN GRUESA 	<ul style="list-style-type: none"> • Observaciones para el desplazamiento al polideportivo. • Juego de competencias saltando con obstáculos. • Juego libre. • Organización del grupo y desplazamiento. • https://www.youtube.com/watch?v=d6MtEBnWYm0 	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de las actividades. 	
SEMANA 6	<ul style="list-style-type: none"> • ESQUEMA CORPORAL 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con 	<ul style="list-style-type: none"> • Realización y participación en la actividad. 	

		<ul style="list-style-type: none"> • cada parte de nuestro cuerpo. • Trabajo por parejas: se dibujarán el uno al otro con tiza en el piso, con cada una de sus partes • https://www.youtube.com/watch?v=jTS9JwF6nb8 		
SEMANA 7	<ul style="list-style-type: none"> • EQUILIBRIO ESTÁTICO Y DINÁMICO 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con cada parte de nuestro cuerpo. • Juego realizando movimientos y al sonido de un silbato se quedarán en posición estática. • Juegos: futbol, baloncesto. • Organización del grupo y desplazamiento. • https://www.youtube.com/watch?v=velNRr_Fz4A 		<ul style="list-style-type: none"> • Acatamiento de la norma y realización de actividades.
SEMANA 8	<ul style="list-style-type: none"> • CONTROL DE LAS PARTES DEL CUERPO 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con cada parte de nuestro cuerpo. • Movimientos al ritmo de bastones y palmas. • Realización de rondas dirigidas por la docente. • Organización del grupo y desplazamiento. 		

SEMANA 9	<ul style="list-style-type: none"> • IMAGEN CORPORAL 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con cada parte de nuestro cuerpo. • Ilustración de su cuerpo en hojas de block con flores y hojas caídas. • Juego libre. • Organización del grupo y desplazamiento. 		<ul style="list-style-type: none"> • Realización de trabajo. • Auto. evaluación • Coevaluación 	
SEMANA 10	<ul style="list-style-type: none"> • POSICIÓN Y POSTURA 	<ul style="list-style-type: none"> • Calentamiento: realización de ejercicios y movimientos con cada parte de nuestro cuerpo. • Evaluación: saltar lazo, agarrar, coger. • Yoga: • https://www.youtube.com/watch?v=jMOZz7GHaog 			

OBSERVACIONES:

CRITERIOS EVALUATIVOS (PROCEDIMENTALES) SABER – HACER – INNOVAR

1. Trabajo Individual.
2. Trabajo colaborativo.
3. Evaluaciones escritas (diagnósticas - externas) y orales
4. Trabajos de consulta.
5. Exposiciones.
6. Desarrollo de talleres.
7. Desarrollo de competencias texto guía.
8. Informe de lectura.
9. Mapas mentales.
10. Mapas conceptuales.
11. Aprendizaje Basado en Problemas: (ABP)

12. Portafolio.
13. Fichero o glosario.
14. Webquest.
15. Plataforma ADN.
16. H.B.A. (Habilidades Básicas de Aprendizaje)
17. A.A.A. (Actividad de Afianzamiento de Aprendizaje)
18. A.C.A. (Actividad Complementaria de Aprendizaje)

CRITERIOS EVALUATIVOS (ACTITUDINALES) SER – ESTAR - SERVIR

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.

ACTIVIDADES DE PROCESO 90 %								ACTITUDINAL 10 %	
SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	DOCENTE SEM 9	ESTUDIANTE SEM 9
Revisión del trabajo. Desplazamientos haciendo equilibrio.		Participación en las actividades,	Realización de las actividades.	Realización y participación en la actividad	Acatamiento de la norma y realización de actividades		Realización de trabajo,	Autoevaluación	Coevaluación