|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ASIGNATURA:** | **EDUCACIÓN FÍSICA** | **GRADO:** | **7** | **AÑO:** | **2016** |

**PRIMER PERIODO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ESTANDAR** | **EJES TEMÁTICOS** | **TEMAS/SUBTEMAS** | **LOGROS** |
| * Valorar el ejercicio físico, conociendo las diferentes etapas para su realización, y la importancia de este para un óptimo estado de salud. * Evaluar su estado físico actual a través del test físico general. | * Acondicionamiento físico * Actividades recreativas * Test físico de entrada * Fortalecimiento, movilidad articular, posturas básicas, elasticidad muscular. | * Test de resistencia, velocidad, fuerza abdominal, equilibrio, coordinación, flexibilidad, agilidad y ritmo. * Juegos de socialización. * Ejercicios de fortalecimiento muscular. | * **Logro Cognitivo**: identifica cada uno de los test aplicados y conoce la importancia del ejercicio físico para su sano desarrollo. * **Logro Expresivo**: Participa activamente en el desarrollo de diferentes test físicos, así como en las diferentes actividades recreativas propuestas en la clase. * **Logro Afectivo**: Asiste a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día, llevando su cuaderno en orden y manteniendo una actitud de respeto y colaboración. |

**SEGUNDO PERIODO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ESTANDAR** | **EJES TEMÁTICOS** | **TEMAS/SUBTEMAS** | **LOGROS** |
| * identificar las cualidades físicas derivadas y su importancia en el desarrollo físico del hombre. * Desarrollar y mejorar las cualidades fiscas mediante ejercicios metodológicos que conlleven a su sano desarrollo. | * Frecuencia cardiaca y pulso * Respiración y relajación. * Cualidades físicas   (cualidades fiscas derivadas) | * Manifestación de la relajación como parte importante de la respiración * Flexibilidad * Coordinación * Equilibrio | * **Logro Cognitivo**: reconoce las cualidades fiscas derivadas y las diferencia de las demás. * **Logro Expresivo**: desarrolla y mejora su flexibilidad, coordinación y equilibrio a través de la práctica. * **Logro Afectivo**: Asiste a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día y llevando su cuaderno en orden en todas las clases manteniendo una actitud de respeto y colaboración en el aula. |

**TERCER PERIODO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ESTANDAR** | **EJES TEMÁTICOS** | **TEMAS/SUBTEMAS** | **LOGROS** |
| * Identificar los aspectos históricos relevantes de la modalidad de saltos en el atletismo, conociendo su reglamentación básica. * Propiciar la práctica de nuevas alternativas deportivas como lo son los saltos en el atletismo, para buscar la integración grupal. | * Atletismo   Saltos | * salto alto * salto de longitud * salto triple * salto con garrocha * concepto * reglamentación * gesto atlético | * **Logro Cognitivo**: Identifica la historia, evolución y las reglas básicas de los diferentes saltos y Conoce los diferentes implementos utilizados en estas modalidades con sus medidas respectivas. * **Logro Expresivo**: Aplica la fundamentación y realiza el gesto atlético de los saltos. * **Logro Afectivo**: Asiste a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día y llevando su cuaderno en orden en todas las clases manteniendo una actitud de respeto y colaboración en el aula. |

**CUARTO PERIODO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ESTANDAR** | **EJES TEMÁTICOS** | **TEMAS/SUBTEMAS** | **LOGROS** |
| * Interpretar e identificar el concepto histórico, las instalaciones y los materiales propios del baloncesto. * Desarrollar habilidades para la ejecución de los fundamentos básicos ofensivos del baloncesto. | * Baloncesto. | * Historia * Concepto * Reglas básicas * Fundamentos básicos ofensivos * Agarre del balón * Dribling * Detención * Lanzamiento * Doble ritmo * pases: de pecho, picado, por encima de la cabeza, de béisbol. | * **Logro Cognitivo**: conoce el origen del baloncesto e identifica cada uno de sus fundamentos básicos ofensivos. * **Logro Expresivo**: desarrolla los fundamentos básicos ofensivos propios del baloncesto. * **Logro Afectivo**: Asiste a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día y llevando su cuaderno en orden en todas las clases manteniendo una actitud de respeto y colaboración en el aula. |