|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ASIGNATURA:** | EDUCACION FISICA | **GRADO:** | 7 | **AÑO:** | 2023 |

**PRIMER PERIODO**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** distinguir las capacidades físicas, resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad y coordinación. * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** aplicar su condición física para mejorar su desarrollo motriz en las actividades físicas recreativas y deportivas. * **LOGRO ACTITUDINAL:** emplear directrices al realizar las actividades físicas recreativas y deportivas. | | * La educación Física, deportes y capacidades físicas. * Capacidades físicas, en los juegos tradicionales. * Frecuencia cardiaca. | * La educación Física. * Ubicación de las pulsaciones. * Toma de las pulsaciones. * Pulsaciones en reposo. * Pulsaciones activas. * Resistencia y Fuerza. * Velocidad, Flexibilidad y coordinación. |
| * Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| * No aplica. |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** |
| Se realiza una prueba diagnóstica a través de una prueba teórico y práctico.  Desarrollo de actividades individuales y grupales.  Se crea un ambiente pedagógico para que el estudiante se familiarice con la temática. | | * Los estudiantes demostraran mediante una exposición oral o escrita Que es educación física, deportes, cualidades físicas. * Una prueba física y lúdica para ver si mejoro sus capacidades físicas. * Aspectos para tener en cuenta: aplicará normas de Higiene y seguridad como mecanismo para la conservación de la salud. Presentación personal, asistencia, Cuaderno al día, Participación, Cumplimiento de compromisos. | | * Canchas múltiples, conos, platillos. * Aros, Cronometro, Pito. Checas. * Cuerda, media, pita |
| **BIBLIOGRAFÍA** | | | | |
| * Manual de educación física y deporte, técnicas y actividades prácticas; editorial océano. * Manual de educación Física deporte y recreación por edades, editorial cultural S.A, 2005 * Manual de consulta y desarrollo didáctico en educación física, Lexus Editores, 2012 * ROYO GARCIA, Juan Félix (1997). El rendimiento motor y la enseñanza de la educación física Sevilla: Wanceulen Ed. Deportiva. 150 p. | | | | |

**SEGUNDO PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** identificar las situaciones de juego al realizar los movimientos con los miembros superiores e inferiores. * **LOGRO PROCEDIMENTAL**: realizar variedades de movimientos en los juegos deportivos. * **LOGRO ACTITUDINAL:** respetar a sus compañeros y, cumplir con el uniforme de educación física. | | * Coordinación general. * Voleibol I | | * Coordinación óculo manual en los juegos tradicionales. * Direccionalidad. * Fundamentos básicos del Voleibol * Desplazamientos golpe de dedos, antebrazo, saque, remate y bloqueo |
| * Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| * No aplica. |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| Los estudiantes consultaran sobre el voleibol.  Retroalimentación de la temática abordada.  Practica de los pases y reglas de dicho deporte.  Desarrollo de actividades individuales y grupales.  Se crea un ambiente pedagógico para que el estudiante se familiarice con la temática. | | Los estudiantes realizaran un test tipo prueba saber sobre el voleibol.  Un test físico para ver si realiza los fundamentos básicos del voleibol. Aspectos a tener en cuenta: Presentación personal, asistencia, Cuaderno al día, Participación, Cumplimiento de compromisos. | | * Canchas múltiples. * Conos, balones de voleibol. * Platillos, conos. * Aros, cuerdas. * Cronometro. * Pito. * Cuerda. | |
| **BIBLIOGRAFÍA** | | | | | |
| * Manual de educación física y deporte, técnicas y actividades prácticas; editorial océano. * Manual de educación Física deporte y recreación por edades, editorial cultural S.A, 2005. * Manual de consulta y desarrollo didáctico en educación física, Lexus Editores, 2012. * ROYO GARCIA, Juan Félix (1997). El rendimiento motor y la enseñanza de la educación física Sevilla: Wanceulen Ed. * Deportiva. 150 p. | | | | | |
|  | | | | | |

**TERCER PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** interpretar las técnicas al realizar actividades físicas en el atletismo. * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** practicar las actividades físicas para las pruebas atléticas y deportivas.   **LOGRO ACTITUDINAL:** acatar las sugerencias que se le hacen frente a las actividades a ejecutar. | | * Coordinación general. * Balón mano. | | * Circuito físico. * Lateralidad en el juego tradicional la peregrina. * Coordinación Óculo manual. * Historia y Fundamentos técnicos del balón mano. |
| * Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en las actividades físicas. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| * No aplica. |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| Explicar la temática a desarrollar.  Uso de imágenes relacionadas con la temática.  Desarrollo de circuitos.  Desarrollo de actividades individuales y grupales.  Se crea un ambiente pedagógico para que el estudiante se familiarice con la temática. | | * Los estudiantes demostraran mediante una exposición oral o escrita del balón mano. * Una prueba física y lúdica atlética.   Aspectos para tener en cuenta: aplicará normas de Higiene y seguridad como mecanismo para la conservación de la salud. Presentación personal, asistencia, Cuaderno al día, Participación, Cumplimiento de compromisos. | | * Canchas múltiples, Conos. * Platillos, pelotas de tenis. * Aros, balones. * Cronometro. * Pito. * Checas, Cuerda. | |
| **BIBLIOGRAFÍA** | | | | | |
| * Manual de educación física y deporte, técnicas y actividades prácticas; editorial océano. * Manual de educación Física deporte y recreación por edades, editorial cultural S.A, 2005. * Manual de consulta y desarrollo didáctico en educación física, Lexus Editores, 2012 * ROYO GARCIA, Juan Félix (1997). El rendimiento motor y la enseñanza de la educación física Sevilla: Wanceulen Ed.   Deportiva. 150 p. | | | | | |

**CUARTO PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** comprender las distintas acciones que se hacen con elementos y obstáculos. * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** practicar los movimientos acordes a los juegos deportivos. * **LOGRO ACTITUDINAL:** acatar las explicaciones que se exponen en el juego deportivo. | | * Coordinación dinámica. * Futbol I | | * Coordinación ojo pies en los juegos tradicionales bola de trapo. * Fundamentación básica como conducción, recepción, pases. * Reglas. |
| * Combino las técnicas de movimientos en diversas situaciones y contextos. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| No aplica. |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| Los estudiantes consultaran sobre el futbol.  Retroalimentación sobre el tema abordado.  Explicar y demostrar cada fundamento físico del futbol.  Desarrollo de actividades individuales y grupales.  Se crea un ambiente pedagógico para que el estudiante se familiarice con la temática. | | Los estudiantes realizaran un test tipo prueba saber sobre el balonmano.  Un test físico para ver si coordina sus movimientos en diversas situaciones del juego.  Aspectos a tener en cuenta: Presentación personal, asistencia, Cuaderno al día, Participación, Cumplimiento de compromisos. | | * Cancha múltiple. * Conos, balones de futbol. * Platillos. * Aros. * Vallas. * Cuerdas. * Bola de trapo | |
| **BIBLIOGRAFÍA** | | | | | |
| * Manual de educación física y deportes, técnicas y actividades prácticas; editorial Océano. * Manual de educación física, deportes y recreación por edades, editorial Cultural S.A, 2005. * Manual de consulta y desarrollo didáctico en educación física, Lexus Editores, 2012. * ROYO GARCÍA, Juan Félix (1997). El rendimiento motor y la enseñanza de la educación física Sevilla: Wanceulen Ed. Deportiva. 150 p. | | | | | |
| **LOGROS PROMOCIONALES** | | | | | |
| * **LOGRO COGNITIVO:** Adquirir conocimientos de las capacidades físicas básicas durante las actividades puestas en práctica de manera coordinada en el voleibol, balón mano y futbol * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** Demostrar buenas habilidades motrices para el desarrollo de las cualidades físicas, deportivas en el voleibol, balón mano y futbol. * **LOGRO ACTITUDINAL**: Asistir a clase puntualmente portando correctamente el uniforme de educación física y, seguir las directrices frente a las actividades a ejecutar, manteniendo una actitud de respeto y colaboración durante el desarrollo de las clases. | | | | | |