|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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.
 |