|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ASIGNATURA:** | EDUCACION FISICA | **GRADO:** | 10 | **AÑO:** | 2020 |

**PRIMER PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** Identifica cada uno de los test aplicados y conoce la importancia del ejercicio físico para su sano desarrollo. * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** Participa activamente en el desarrollo de diferentes test físicos, así como en las diferentes actividades recreativas propuestas en la clase. * **LOGRO ACTITUDINAL**: 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. | | * Test sicomotor y acondicionamiento | | * Actividades recreativas * Test físico de entrada * Acondicionamiento físico. |
| * Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. * Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| * Mayúscula inicial y sin negrilla. |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| * **Trabajo por estaciones.** Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o “estación”). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.   **Juegos cooperativos,** en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas. | | Se sugieren cuatro procedimientos para la evaluación en el área:   * Observación directa con la ayuda de listas de cotejo o escalas de apreciación. * Autoevaluación y coevaluación entre pares. * Aplicación de procedimientos de medición cualitativa y cuantitativa. * Apreciación de las actividades por parte de los niños: ¿Qué sintieron?, ¿Cuáles fueron las dificultades mayores?, ¿Qué les ayudo a superar esas dificultades?, ¿Qué sugieren para la próxima clase? | | * Cancha múltiple * Conos * Platillos * Aros * Vallas * balones * Video beam | |
| **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. | | | | | |

**SEGUNDO PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** Conoce el origen y evolución histórica del balón mano así como las diferentes zonas y delimitación de la cancha donde se practica este deporte. * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** Aplica las reglas del balón mano que corresponden a este nivel y demuestra coordinación en sus movimientos al momento de recibir y pasar la pelota de balón mano durante la práctica.   **LOGRO ACTITUDINAL:** 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. | | * BALONMANO | | * Concepto * Reglamentación * Posiciones básicas * Características generales del juego * Fundamentos básicos * Sistemas de juego * Principios tácticos |
| * Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. * Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
|  |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| * **Tareas guiadas**, donde los alumnos y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse? * **Trabajo por estaciones.** Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o “estación”). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones. | | Se sugieren cuatro procedimientos para la evaluación en el área:   * Observación directa con la ayuda de listas de cotejo o escalas de apreciación. * Autoevaluación y coevaluación entre pares. * Aplicación de procedimientos de medición cualitativa y cuantitativa. * Apreciación de las actividades por parte de los niños: ¿Qué sintieron?, ¿Cuáles fueron las dificultades mayores?, ¿Qué les ayudo a superar esas dificultades?, ¿Qué sugieren para la próxima clase? | | * Cancha múltiple * Conos * Platillos * Aros * Vallas * Balones de balonmano * Video beam | |
| **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. | | | | | |

**TERCER PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** Identifica y aplica las reglas del voleibol que corresponden a este nivel. * **LOGRO PROCEDIMENTAL:** Desarrolla habilidades para la ejecución de los fundamentos básicos del voleibol. * **LOGRO ACTITUDINAL:** 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. | | * Voleibol | | * Historia u origen * Concepto * Reglas * Sistemas de juego   Fundamentos: golpe de dedos, golpe de antebrazos, saque, remate, rotación. |
| * Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. * Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| * Mayúscula inicial y sin negrilla. |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| * **Tareas guiadas**, donde los alumnos y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse? * **Trabajo por estaciones.** Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o “estación”). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones. | | Se sugieren cuatro procedimientos para la evaluación en el área:   * Observación directa con la ayuda de listas de cotejo o escalas de apreciación. * Autoevaluación y coevaluación entre pares. * Aplicación de procedimientos de medición cualitativa y cuantitativa. * Apreciación de las actividades por parte de los niños: ¿Qué sintieron?, ¿Cuáles fueron las dificultades mayores?, ¿Qué les ayudo a superar esas dificultades?, ¿Qué sugieren para la próxima clase? | | * Cancha múltiple * Conos * Platillos * Aros * Vallas * Balones de voleibol * Video beam | |
| **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. | | | | | |

**CUARTO PERIODO**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | | **EJE TEMÁTICO** | | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** Reconoce los objetivos principales del futbol e interpreta la reglamentación básica que rige este deporte, así como sus fundamentos. * **LOGRO PROCEDIMENTAL :** Aplica de forma adecuada los diferentes fundamentos técnicos básicos que se realizan en el futbol mediante la competencia directa, teniendo en cuenta las reglas que rigen este deporte. * **LOGRO ACTITUDINAL:** 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. | | * Futbol I | | * Historia del futbol * Concepto * Fundamentos:   pase, recepción, conducción y remate   * Reglamento básico |
| * Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. * Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
|  |
| **METODOLOGÍA** | | **EVALUACIÓN** | | **RECURSOS** | |
| * **Tareas guiadas**, donde los alumnos y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse? * **Trabajo por estaciones.** Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o “estación”). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones. | | Se sugieren cuatro procedimientos para la evaluación en el área:   * Observación directa con la ayuda de listas de cotejo o escalas de apreciación. * Autoevaluación y coevaluación entre pares. * Aplicación de procedimientos de medición cualitativa y cuantitativa. * Apreciación de las actividades por parte de los niños: ¿Qué sintieron?, ¿Cuáles fueron las dificultades mayores?, ¿Qué les ayudo a superar esas dificultades?, ¿Qué sugieren para la próxima clase? | | * Cancha múltiple * Conos * Platillos * Aros * Vallas * Balones de futbol sala * Video beam | |
| **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:** Durante el año escolar demostró interés en el aprendizaje de algunas disciplinas deportivas. (Balonmano, Voleibol, Futbol.)  **LOGRO PROCEDIMENTAL:** Presentó buenas habilidades en las prácticas de Balonmano, voleibol y futbol, participando en el transcurso de los procesos llevados a cabo en el área.  **LOGRO ACTITUDINAL:** Asistió a clases puntualmente portando correctamente el uniforme correspondiente, llevando su cuaderno en orden y manteniendo una actitud de respeto y colaboración durante el desarrollo de las clases. |