|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ASIGNATURA:** | EDUCACIÓN FÍSICA | **GRADO:** | 10 | **AÑO:** | 2023 |

**PRIMER PERIODO**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **REFERENTES DE CALIDAD** | **LOGROS** | **EJE TEMÁTICO** | **TEMAS/SUBTEMAS** |
| **ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS U ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS** | * **LOGRO COGNITIVO:** identificar el origen y evolución histórica del balonmano, así como las diferentes zonas y delimitación de la cancha donde se practica este deporte.
* **LOGRO PROCEDIMENTAL:** aplicar las reglas del balonmano que corresponden a este nivel y demostrar coordinación en sus movimientos al momento de recibir y pasar la pelota durante la práctica.
* **LOGRO ACTITUDINAL:** asistir a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día, llevar su cuaderno en orden y mantener una actitud de respeto y colaboración.
 | * Test físico general
* Acondicionamiento físico
* Balonmano
 | * Test de resistencia, velocidad, fuerza, coordinación y flexibilidad
* Ejercicios de las capacidades físicas básicas.
* Concepto, historia, reglas básicas y demás generalidades del balonmano.
* Fundamentos básicos del balonmano:

Agarre del balónPasesRecepción DriblingLanzamientos. |
| * Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.
* Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.
 |
| **DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE** |
| * No aplica
 |
| **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
* Cronometro
* Pitos
* hexágonos
* Cuerdas
 |
| **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:** identificar cada una de las reglas del futbol sala.
* **LOGRO PROCEDIMENTAL:** ejecutar actividades de manejo y dominio del implemento básico del futbol sala, combinándolas con acciones de fintas y amagues en distintas direcciones
* **LOGRO ACTITUDINAL:** asistir a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día, llevar el cuaderno en orden y mantener una actitud de respeto y colaboración.
 | * Futbol sala
 | * Historia u origen
* Concepto
* Reglamento
* Fundamentos: pase, recepción, remate, dribling, finta o amague, etc.
* Competencia
 |
| * 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
* Cuerdas
* Balones de fútbol sala
 |
| **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:** identificar y aplicar las reglas del voleibol que corresponden a este nivel.
* **LOGRO PROCEDIMENTAL:** desarrollar habilidades para la ejecución de los fundamentos básicos del voleibol.
* **LOGRO ACTITUDINAL:** asistir a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día, llevar el cuaderno en orden y mantener una actitud de respeto y colaboración
 | * 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** |
|  |
| **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
* Cuerdas
* Balones de voleibol.
 |
| **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:** identificar el origen del baloncesto y los fundamentos básicos ofensivos de este deporte.
* **LOGRO PROCEDIMENTAL:** desarrollar los fundamentos básicos ofensivos propios del baloncesto.
* **LOGRO ACTITUDINAL:** asistir a clases puntualmente portando correctamente el uniforme que le corresponde cada día y, llevar el cuaderno en orden en todas las clases manteniendo una actitud de respeto y colaboración en el aula.
 | • Baloncesto  | * Historia
* Concepto
* Reglas básicas
* Fundamentos básicos ofensivos
* Agarre del balón
* Dribling
* pases: de pecho, picado, por encima de la cabeza, de béisbol
* Lanzamiento
 |
| * 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
* Cuerdas
* Balones de baloncesto
 |
| **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:** Evidenciar excelente desempeño durante el año lectivo a través del conocimiento de las diferentes disciplinas deportivas (balonmano, futbol sala, voleibol y baloncesto).**LOGRO PROCEDIMENTAL:** Presentar buenas habilidades para el desarrollo de sus cualidades físicas en las prácticas deportivas de balonmano, futbol sala, voleibol y baloncesto.**LOGRO ACTITUDINAL:** Asistir a clases puntualmente portando correctamente el uniforme correspondiente, llevar su cuaderno en orden y mantener una actitud de respeto y colaboración durante el desarrollo de las clases. |