**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JORGE / M0NTELÍBANO – CÓRDOBA**

**PLAN DE ESTUDIO 2014 – 2015**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Área: Educación física Recreación y Deportes** | | | | | | | | **Asignatura: Educación física** | | | | |
| **Docente:** | | | | | | | | **Grado:**  4° **Intensidad horaria**: 2 hora semanal | | | | |
| **PROPÓSITO DE FORMACIÓN** | | | | | | | | | | | | |
| Formar en los niños hábitos para la práctica diaria de la actividad física organizada y metódica a través del juego y la lúdica. | | | | | | | | | | | | |
| **EJES TRANSVERSALES** | | | | | | | | | | | | |
| Hábitos de Higiene, de Alimentación, de Posturas y de Ejercicio Físico, participación de juegos y actividades, protección del medio ambiente, recreación de los niños, respeto por las normas de juego. | | | | | | | | | | | | |
| **Metodología**: Desarrollar un aprendizaje significativo que reconstruya la mente y el cuerpo, con técnicas de enseñanza aprendizaje y siempre con carácter lúdico. | | | | | | | | | | | | |
| **I BIMESTRE-** **Asignatura: Educación física : 4°** | | | | | | | | | | | | |
| **LOGROS (Competencias)** | | | | | | | | | | | | |
| **C. Cognitiva:** Identifica los segmentos del cuerpo y su función. Muestra habilidad al correr y saltar. Demuestra agilidad en la práctica de lanzar y recibir una pelota.  **C. Laboral:** Práctica y se esfuerza por realizar las actividades sugeridas**.** Inventa y realiza diferentes tipos de juegos, rondas y dinámicas.  **C. Ciudadana:** Trabaja actividades lúdicas con un compañero y cambio de compañeros. | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | |
| **UNIDADES** | | **EJES TEMÁTICOS** | | | | | **TEMÁTICAS A DESARROLLAR (Contenidos)** | | | | | |
| RELACIÓN  DINÁMICA ENTRE  MOVIMIENTO  CORPORAL Y  OBJETOS | | ESQUEMA CORPORAL | | | | | \* Conductas Perceptivo-motoras ó Temporo-espaciales.  \* Experiencias básicas sobre triatlón.  \* Carrera, salto y lanzamiento.  \* Conocimiento  \* Formación social  \* Juegos de correr  \* Experiencias sobre carrera de obstáculos.  \* Saltos  \* Lanzamientos  \* Pruebas combinas  \* Pruebas de resistencia | | | | | |
| **Cuestionamientos de partida**:  ¿Cómo contribuir a la discriminación de diferentes momentos de tiempo y a la precisión en la coordinación óculo –manual?, ¿Cómo desarrollar experiencias sobre carreras, saltos y lanzamientos que permitan al niño la vivencia del triatlón escolar?, ¿Qué importancia tiene el desarrollar la velocidad y la resistencias para las carreras? | | | | | | | | | | | | |
| **PROCESO DE EVALUACIÓN** | | | | | | | | | | | | |
| **Tipos de evaluaciones** | | | | | **Sujetos** | | | | | | **Guías, talleres. Individual / grupal** | |
| Escritas, orales, convergentes y divergentes. | | | | | Heteroevaluacion, autoevaluación, coevaluacion y meta evaluación | | | | | | Organización de evento deportivo, -Practica de los ejercicios de relajación  al final de cada sesión | |
| **II BIMESTRE- PLAN DE ESTUDIO: Asignatura: Educación física 2014 – 2015. 4°** | | | | | | | | | | | | |
| **LOGROS (Competencias)** | | | | | | | | | | | | |
| **C. Cognitiva**: Es capaz de mantener el equilibrio en la ejecución de figuras y destrezas gimnásticas individuales y colectivas. Experimenta, realiza, ayuda y comparte en grupo destrezas gimnásticas  **C. Laboral:** Crea ideas de figuras gimnásticas y dinámicas de responsabilidad compartida.  **C. Ciudadana:** Se integra con facilidad en diferentes grupos de trabajo. | | | | | | | | | | | | |
| **UNIDADES** | | **EJES TEMÁTICOS** | | | **TEMÁTICAS A DESARROLLAR (Contenidos)** | | | | | | | |
| COMBINACIONES DE  MOVIMIENTOS. | | FORMACION GIMNASTICA | | | \* Experiencias gimnásticas en grupo e individuales.  \* Concepto teórico  \* Seguridad  \* Figuras estáticas.  \* Figuras de locomoción  \* Rollo adelante  \* Paradas invertidas  \* Pirámides básicas de piso  \* Esquemas o revistas sencillas | | | | | | | |
| **Cuestionamientos de partida:** ¿De qué forma se desarrolla las destrezas gimnastica individuales y en grupos con elementos?, ¿Es importante el conocimiento del cuerpo humano en el área de educación física?, ¿cómo ejecutar un baile típico de la región? | | | | | | | | | | | | |
| **PROCESO DE EVALUACIÓN** | | | | | | | | | | | | |
| **Tipos de evaluaciones** | | | | | **Sujetos** | | | | | | **Guías, talleres. Individual / grupal** | |
| Escritas, orales, convergentes y divergentes. | | | | | Heteroevaluacion, autoevaluación, coevaluacion y meta evaluación | | | | | | Ejercicios de adaptación del organismo al esfuerzo físico, demostración de las  capacidades físicas condicionales la  flexibilidad equilibrio estático y dinámico | |
| **III BIMESTRE- PLAN DE ESTUDIO 2014 – 2015.** Asignatura: Educación física **4°** | | | | | | | | | | | |
| **LOGROS (Competencias)** | | | | | | | | | | | |
| **C. Cognitiva**: Demuestra habilidad para ubicarse de manera eficiente para pasar y recibir durante el desarrollo de un juego. Conoce y maneja algunas de las reglas básicas del baloncesto, voleibol y futbol.  **C. Laboral:** Acude con puntualidad a las diferentes competencias. Muestra liderazgo en los diferentes juegos.  **C. Ciudadana**: Respeta las normas de juego y a sus compañeros. Interactúa con facilidad en el juego. | | | | | | | | | | | |
| **UNIDADES** | | **EJES TEMÁTICOS** | | | **TEMÁTICAS A DESARROLLAR (Contenidos)** | | | | | | |
| IDENTIFICACIÓN  DE CAPACIDADES  CORPORALES Y  DE SUS SENTIDOS | | DEPORTE FORMATIVO | | | \* Formas jugadas derivadas del voleibol, baloncesto y fútbol.  \* Formas jugadas sobre el pase de antebrazo  \* Juegos derivados del voleo o golpe de dedos  \* Combinación de antebrazo y dedos  \* formas jugadas sobre pases y recepción  \* juegos derivados sobre la conducción  \* formas jugadas sobre pases y conducción  \* formas jugadas sobre la recepción en fútbol  \* formas jugadas sobre el pateo | | | | | | |
| **Cuestionamientos de partida:**  ¿Cómo fortalecer el desarrollo de habilidades en los niños para lanzar, pasar y conducir un balón durante el juego del balón cesto?,  ¿Cuáles son las experiencias que fortalecen en el niño el desarrollo de habilidades básicas para pasar, conducir driblando y rematar durante juegos derivados del futbol? | | | | | | | | | | | |
| **PROCESO DE EVALUACIÓN** | | | | | | | | | | | |
| **Tipos de evaluaciones** | | | **Sujetos de la evaluación** | | | | | | | **Guías, talleres. Individual / grupal** | |
| Escritas, orales, convergentes y divergentes | | | Heteroevaluacion, autoevaluación, coevaluacion y meta evaluación | | | | | | | Elaboración de planillas de los  diferentes deporte, participación de torneos inercursos | |
| **IV BIMESTRE- PLAN DE ESTUDIO 2014 – 2015. Asignatura: Educación física 4°** | | | | | | | | | | | |
| **LOGROS (Competencias)** | | | | | | | | | | | |
| **C. Cognitiva:** Desarrolla el sentido de seguridad, conocimiento y gusto por el baile típico de su región. Demuestra destreza y habilidades de expresión corporal.  **C. Laboral:** Participa activamente en las clases y montajes coreográficos.  **C. Ciudadana:** muestra respeto por las diferentes danzas regionales. | | | | | | | | | | | |
| **UNIDADES** | **EJES TEMÁTICOS** | | | | | **TEMÁTICAS A DESARROLLAR (Contenidos)** | | | | | |
| COMBINACIONES  DE MOVIMIENTOS | EXPRESION RITMICA | | | | | \* Conductas psicomotora: iniciación de destrezas mentales  \* Destrezas artísticas  \* Iniciación a la expresión rítmica  \* Rutinas básicas  \* Estructura de bailes típicos: la cumbia, el bambuco, el mapale y el porro. | | | | | |
| **Cuestionamientos de partida:**  ¿Cómo estimular a los niños para ejecutar movimientos rítmicos coordinados y exponerlos frente a los compañeros? | | | | | | | | | | | |  | |
| **PROCESO DE EVALUACIÓN** | | | | | | | | | | | |  | |
|  | | | |  | | | | |  | | |
| **Tipos de evaluaciones** | | | | **Sujetos** | | | | | **Guías, talleres. Individual / grupal** | | |
| **Escritas, orales, convergentes y divergentes.** | | | | **Heteroevaluacion, autoevaluación, coevaluación y meta evaluación** | | | | | Talleres en organización de  eventos deportivos, presentación en grupos de bailes típicos de la región. | | |
| **Herramientas: Visuales (laminas didácticas), audiovisuales.** | | | | | | | | | | | |
| **Recursos:** Tablero, marcadores, Aros, cuerdas, conos, lazos, balones, bastones, pitas, aros, pelotas, pitos, grabadora, cds, cal, costales, entre otros. | | | | | | | | | | | |
| **Bibliografía:** Manual de Educación Física y Deportes (técnicas y actividades prácticas) Editorial OCEANO.  http://rafalalila.netfirms.com/ejercicios.htm. http://ciclosdeporte.wordpress.com/category/gimnasia/ | | | | | | | | | | | |