**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 relajaciónal 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 lascapacidades físicas condicionales laflexibilidad 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 losdiferentes 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 deeventos 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/ |