

Ed. Física 3° (Primer Periodo)

	Orientaciones pedagógicas	Orientaciones Curriculares	Desempeños			Contenidos		
	Competencia/ Componente	Núcleo de formación/Desempeño	Saber (Conceptual)	Hacer (Procedimental)	Ser (Actitudinal)	U nidad Temática	Temas	SEMANA
	Motriz/Desarrollo motor Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Actividad física y salud Realizo ejercicios sencillos gimnásticos de forma individual y en parejas.	Conoce movimientos gimnásticos de persistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación, velocidad, ritmo y equilibrio	Realiza movimientos gimnásticos con su cuerpo	Valora la importancia de la gimnasia para el desarrollo de su cuerpo y el de sus capacidades físicas.	Capacidades físicas	Persistencia, fuerza, flexibilidad, velocidad, agilidad, coordinación, ritmo, equilibrio.	1
								2
								3
		Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto movimientos de manera consciente y atenta.						4
								5
								6
								7
								8
								9
								10
	Prácticas Deportivas y Recreativas Participo en los juegos que proponen los compañeros cumpliendo las normas.							

	REPÚBLICA DE COLOMBIA		
	DEPARTAMENTO DEL CESAR		
	MUNICIPIO PUEBLO BELLO		
	I.E MAGOLA HERNÁNDEZ PARDO		
CODIGO DANE:		NIT:	ICFES:

Educación física 3° - Primer Periodo

Objetivo del periodo: Desarrollar capacidades físicas básicas como fuerza, flexibilidad, velocidad, agilidad, coordinación, ritmo y equilibrio mediante actividades físicas gimnásticas, promoviendo así un desarrollo integral del cuerpo y mejorando el rendimiento deportivo.

Criterios	Calificaciones				Puntos
	SUPERIOR	ALTO	BASICO	BAJO	
Conoce movimientos gimnásticos de persistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación, velocidad, ritmo y equilibrio	El estudiante conoce y realiza correctamente movimientos gimnásticos de persistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación, velocidad, ritmo y equilibrio. Realiza los movimientos de forma fluida y coordinada, sin perder el equilibrio. Muestra una buena capacidad de concentración y esfuerzo.	El estudiante conoce y realiza correctamente la mayoría de los movimientos gimnásticos de persistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación, velocidad, ritmo y equilibrio. Realiza los movimientos con cierta fluidez y coordinación, aunque puede perder el equilibrio ocasionalmente. Muestra una buena capacidad de concentración y esfuerzo.	El estudiante conoce y realiza algunos movimientos gimnásticos de persistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación, velocidad, ritmo y equilibrio. Realiza los movimientos con cierta dificultad y coordinación, y puede perder el equilibrio con frecuencia. Muestra una capacidad de concentración y esfuerzo moderada.	El estudiante conoce algunos movimientos gimnásticos de persistencia, fuerza, flexibilidad, coordinación, velocidad, ritmo y equilibrio, pero no los realiza correctamente. Realiza los movimientos con mucha dificultad y coordinación, y pierde el equilibrio constantemente. Muestra una capacidad de concentración y esfuerzo baja.	
Dominio de movimientos corporales, lateralidad, Direccionalidad, espacialidad y temporalidad.	Controla con facilidad ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural. Realiza los ejercicios con fluidez, precisión y coordinación. Muestra una buena capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo.	Controla con soltura ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural. Realiza los ejercicios con cierta precisión y coordinación, aunque puede cometer algunos errores. Muestra una buena capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo.	Controla algunos ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural. Realiza los ejercicios con cierta dificultad y coordinación, y puede cometer errores frecuentes. Muestra una capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo moderada.	Controla algunos ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural, pero no los realiza correctamente. Realiza los ejercicios con mucha dificultad y coordinación, y comete errores constantemente. Muestra una capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo baja.	

Ed. Física 3° (Segundo Periodo)

	Orientaciones pedagógicas	Orientaciones Curriculares	Desempeños			Contenidos		
	Competencia/ Componente	Núcleo de formación/Desempeño	Saber (Conceptual)	Hacer (Procedimental)	Ser (Actitudinal)	Unidad Temática	Temas	SEMANA
	Motriz/Desarrollo motor Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto movimientos de manera consciente y atenta Sigo procedimientos e indicaciones para ubicarme en el espacio.	Dominio de movimientos corporales, lateralidad, direccionalidad, espacialidad y temporalidad.	Controla con facilidad ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural.	Valora la importancia de identificar las fortalezas en su cuerpo teniendo en cuenta los conceptos de lateralidad e independencia segmentaria.	Desarrollo de la Motricidad.	Independencia segmentaria coordinación óculo-manual - óculo-púdic (direcciones, distancias y alturas) percepción rítmica.	15
								16
								17
								18
								19
	Motriz/ Desarrollo motor Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.	Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto movimientos (equilibrio) de manera consciente y atenta.	Comprueba el estado de equilibrio	Aplica el equilibrio En situaciones.	Admira la ejecución de posiciones.	Equilibrio y ritmo	Equilibrio	20
			Demuestra tener equilibrio	Controla posición de equilibrio.	Disfruta del equilibrio. en contexto			21
			Reconoce recorridos para desplazarse.					22
	Motriz/ Técnicas del cuerpo Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos	Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto diversos movimientos de manera consciente y atenta.		Ejecuta desplazamientos con seguridad.	Hace demostraciones de desplazamiento.		Desplazamiento	23

			Analiza metas para lograr desplazarse	Experimenta desplazamientos en distintos contextos.	Participa en juegos de habilidades.			24
		Expresión y Comunicación Corporal	Imprime ritmo a los movimientos.	Establece ritmo y cadencia al desplazarse.	Inventa movimientos rítmicos.		Ritmo	25
		Mantengo el ritmo y el movimiento durante mi participación en rondas con mis compañeros.	Reconoce la importancia del ritmo al moverse.	Representa rítmicamente escenas.	Se esfuerza por dar ritmo a movimiento.			26
		Cuerpo, Percepción y Motricidad	Demuestra habilidad al saltar.	Efectúa saltos progresivos.	Contempla la ejecución de saltos		Saltos	27
		Ejecuto movimientos (saltos) de manera consciente y atenta.	Descubre la capacidad de saltar obstáculos.	Calcula distancias para saltar.	Crea retos para saltar.			

Ed. Física 3° (Tercer Periodo)

	Orientaciones pedagógicas	Orientaciones Curriculares	Desempeños			Contenidos		
	Competencia/ Componente	Núcleo de formación/Desempeño	Saber (Conceptual)	Hacer (Procedimental)	Ser (Actitudinal)	Unidad Temática	Temas	SEMANA
	Motriz/ Técnicas del cuerpo Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos	Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto movimientos (saltos) de manera consciente y atenta.	Descubre la capacidad de saltar obstáculos.	Calcula distancias para saltar.	Crea retos para saltar.	Equilibrio y ritmo	Saltos	28
								29
	Axiológica Corporal/ Cuidado desí mismo Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.	Prácticas Deportivas y Recreativas Participo en los juegos que proponen los compañeros cumpliendo las normas.	Comprende la importancia. de valores al ejecutar movimientos.	Expresa y proyecta actitudes de orden y precaución.	Cumple con las reglas del juego.		Actitudes y valores: normas y seguimiento de instrucciones	30

Motriz/ Desarrollo motor Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.	Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto movimientos de manera consciente y atenta Sigo procedimientos e indicaciones para ubicar mi cuerpo en el espacio.	Se orienta en el espacio y ubica diferentes objetos relacionándolos entre sí y consigo mismo. Aplica esa orientación a situaciones de la vida diaria.	Realiza actividades que implican mantener un equilibrio dinámico, estático y recuperado.	Comprende la función del control de direcciones haciéndolas prácticas en su cotidianidad.	Conductas Perceptivas o Motrices o Temporo-Espaciales	. Manejo de control de direcciones
	Cuerpo, Percepción y Motricidad Ejecuto movimientos (equilibrio estático y dinámico) de manera consciente y atenta.					Equilibrio dinámico y estático

	REPÚBLICA DE COLOMBIA		
	DEPARTAMENTO DEL CESAR		
	MUNICIPIO PUEBLO BELLO		
	I.E MAGOLA HERNÁNDEZ PARDO		
CODIGO DANE:		NIT:	ICFES:

Educación física 3° - Segundo Periodo

Objetivo del periodo: Mejorar la independencia segmentaria, la coordinación óculo-manual y óculo-pédica, y la percepción rítmica en los estudiantes a través de actividades físicas lúdicas, recreativas y deportivas, fomentando habilidades motoras y cognitivas para una mejor adaptación al entorno.

Criterios	Calificaciones				Puntos
	SUPERIOR	ALTO	BASICO	BAJO	
Dominio de movimientos corporales, lateralidad, Direccionalidad, espacialidad y temporalidad.	Controla con facilidad ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural. Realiza los ejercicios con fluidez, precisión y coordinación. Muestra una buena capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo.	Controla con soltura ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural. Realiza los ejercicios con cierta precisión y coordinación, aunque puede cometer algunos errores. Muestra una buena capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo.	Controla algunos ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural. Realiza los ejercicios con cierta dificultad y coordinación, y puede cometer errores frecuentes. Muestra una capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo moderada.	Controla algunos ejercicios que implican control y ubicación temporal, espacial y postural, pero no los realiza correctamente. Realiza los ejercicios con mucha dificultad y coordinación, y comete errores constantemente. Muestra una capacidad de equilibrio, concentración y esfuerzo baja.	
Aplica el equilibrio en situaciones reales y controla la posición de equilibrio.	Aplica el equilibrio en situaciones reales y controla la posición de equilibrio de forma precisa y segura.	Aplica el equilibrio en situaciones reales y controla la posición de equilibrio de forma adecuada.	Aplica el equilibrio en situaciones reales, pero tiene dificultad para controlar la posición de equilibrio.	No aplica el equilibrio en situaciones reales, o tiene mucha dificultad para controlar la posición de equilibrio.	
Emplea estrategias para planificar y ejecutar recorridos de desplazamiento	Emplea estrategias para planificar y ejecutar recorridos de desplazamiento de forma precisa y segura.	Emplea estrategias para planificar y ejecutar recorridos de desplazamiento de forma adecuada.	Emplea estrategias para planificar y ejecutar recorridos de desplazamiento, pero tiene dificultad para hacerlo.	No emplea estrategias para planificar y ejecutar recorridos de desplazamiento, o tiene mucha dificultad para hacerlo.	

Utiliza el ritmo para mejorar el movimiento	Utiliza el ritmo para mejorar el movimiento de forma precisa y expresiva.	Utiliza el ritmo para mejorar el movimiento de forma adecuada.	Utiliza el ritmo para mejorar el movimiento, pero tiene dificultad para hacerlo.	No utiliza el ritmo para mejorar el movimiento, o tiene mucha dificultad para hacerlo.	
---	---	--	--	--	--

	REPÚBLICA DE COLOMBIA		
	DEPARTAMENTO DEL CESAR		
	MUNICIPIO PUEBLO BELLO		
	I.E MAGOLA HERNÁNDEZ PARDO		
CODIGO DANE:		NIT:	ICFES:

Educación física 3° - Tercer Periodo

Objetivo del periodo: Desarrollar la capacidad de control de direcciones y equilibrio dinámico y estático, junto con habilidades motrices básicas como equilibrio, desplazamiento, ritmo y salto, mediante actividades físicas lúdicas, recreativas y deportivas, para su aplicación práctica en la vida diaria.

Criterios	Calificaciones				Puntos
	SUPERIOR	ALTO	BASICO	BAJO	
Aplica estrategias para realizar saltos progresivos a distintas distancias	Aplica estrategias para realizarsaltos progresivos a distintas distanciasdeforma precisa y segura, aumentandoladistanciadelos saltos de forma gradual, inclusoencondiciones desafiantes.	Aplica estrategias para realizar saltos progresivos a distintas distancias de forma adecuada y segura, aumentando la distancia de los saltos de forma gradual.	Aplica estrategias para realizar saltos progresivos a distintas distancias de forma básica y segura, pero tiene dificultad para aumentar la distancia de los saltos.	No aplica estrategias para realizar saltos progresivos a distintas distancias o tiene mucha dificultad para hacerlo.	
Comprende la importancia de valores al ejecutar movimientos.	Comprende la importanciadelosvaloresde orden y precaución al ejecutarmovimientos,y los expresa y proyecta de formaconstantey adecuada.	Comprende la importancia de los valores de orden y precaución al ejecutar movimientos, y los expresa y proyecta de forma adecuada.	Comprende la importancia de los valores de orden y precaución al ejecutar movimientos, pero tiene dificultad para expresarlos y proyectarlos de forma adecuada.	No comprende la importancia de los valores de orden y precaución al ejecutar movimientos, o tienemucha dificultad para expresarlosyproyectarlos.	
Se orienta en el espacio y ubica diferentes objetos relacionándolos entre sí y consigo mismo Aplica esa orientación a situaciones de la vida diaria.	El estudiante realizaactividadesqueimplican mantener un equilibriodinámico,estáticoy recuperado con facilidad. Se orienta en el espaciodeformaprecisay eficiente, ubicandodiferentesobjetos relacionándolos entresíyconsigomismo. Aplica la orientación espacialasituacionesdela vida diaria, como caminarporlacalle,subiry bajar escaleras, o jugardeportes.	El estudiante realiza actividades que implican mantener un equilibriodinámico, estático y recuperadocon soltura. Se orienta en el espaciode forma adecuada, ubicando diferentesobjetos relacionándolos entre sí y consigo mismo. Aplica la orientaciónespacial a situaciones de la vida diaria, conalgunas dificultades.	El estudiante realiza algunas actividades que implican mantener un equilibrio dinámico, estático y recuperado. Se orienta en el espacio de forma imprecisa, ubicando diferentes objetos con dificultad. Aplica la orientación espacial a situaciones de la vida diaria, con muchas dificultades.	El estudiante norealiza actividades que implican mantenerunequilibrio dinámico, estáticoyrecuperado. Se orienta en elespacio de forma muy imprecisa, ubicandodiferentes objetos con muchadificultad. No aplica la orientaciónespacial a situaciones de lavidadiaaria.	