**PROGRAMACIÓN ANUAL 2020**

**I.- DATOS INFORMATIVOS:**

1. INSTITUCION EDUCATIVA : COLEGIO “ALGARROBOS”
2. NIVEL : SECUNDARIA
3. CICLO : VII
4. ÁREA : EDUCACIÓN FÍSICA
5. GRADO : TERCERO
6. SECCION : “A” Y “B”
7. LUGAR : CAMPOS DEPORTIVOS
8. DIRECTOR : DR. HUGO CALIENES BEDOYA
9. SUB DIRECTOR : MG. MANUEL ENRIQUE VERA VERA
10. COORDINADOR NIVEL III : SALVADOR CORRALES CASTILLO
11. PROFESOR : JUAN REYES RODRÍGUEZ

**II.- DESCRIPCIÓN GENERAL**

El área de educación física a través de sus clases virtuales, busca contribuir y desarrollar una personalidad sana a partir del propio cuerpo, Para este grado escolar es importante considerar que el alumno continúa con cambios morfológicos funcionales psicológicos, producto de la adolescencia. Experimenta una relativa estabilidad debido a que ha integrado sus senso percepciones y es capaz de aplicarlas como habilidades físicas en situaciones de juego, deporte y competencia. El énfasis en este grado como consecuencia del primero y el segundo, radica en el desarrollo de las capacidades físicas. Por tal razón, a este período corresponde una estabilización en la mayoría de las fases sensibles lo que hace posible que se estimulen todas.

. Se desarrolla el área teniendo las tres competencias:

**A) SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD.**

Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad cuando toma conciencia de cómo su imagen corporal contribuye a la construcción de su identidad y autoestima.

**B) ASUME UNA VIDA SALUDABLE.**

Participa regularmente en sesiones de actividad física de diferente intensidad y promueve campañas donde se promocione la salud12 integrada al bienestar colectivo.

**C) INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES**

Organiza eventos lúdicos y deportivos, integrando a todas las personas de la comunidad educativa y promoviendo la práctica de actividad física basada en el disfrute, la tolerancia, equidad de género, inclusión y respeto, asumiendo su responsabilidad durante todo el proceso.

**III.- ORGANIZACIÓN DE UNIDADES.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NÚMERO Y TITULO DE LA UNIDAD** | **DURACIÓN EN SESIONES** | **COMPETENCIAS** |
| **SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD.** | **ASUME UNA VIDA SALUDABLE.** | **INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES** |
|  |  | **Comprende su cuerpo,** es decir interioriza su cuerpo en estado estático o en movimiento en relación al espacio, el tiempo, los objetos y demás personas de su entorno, representando mentalmente su cuerpo y desarrollando su identidad.  | **Se expresa corporalmente,** usa el lenguaje corporal para comunicar emociones, sentimientos y pensamientos. Implica utilizar el tono, los gestos, mímicas, posturas y movimientos para expresarse, desarrollando la creatividad al usar todos los recursos que ofrecen el cuerpo y el movimiento.  | **Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud,** es analizar y comprender los *procesos vinculados con la alimentación, la postura, la higiene corporal y la práctica de actividad*  | **Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida** es asumir una actitud crítica sobre la importancia de hábitos saludables y sus beneficios vinculados con la mejora de la calidad de vida.  | **Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices** supone interactuar de manera asertiva con los demás en la práctica lúdica y deportiva experimentando el placer y disfrute que ella representa.  | **Crea y aplica estrategias y tácticas de juego** supone emplear los recursos personales y las potencialidades de cada miembro del equipo para el logro de un objetivo común, desarrollando y aplicando reglas y soluciones  |
| I UNIDAD:“Nos adaptamos física y deportivamente desde casa”. | 12 | X | X | X | X | X | X |
| II UNIDAD:“Desarrollamos actividad física en casa durante la cuarentena”. | 13 | X | X | X | X | X | X |
| III UNIDAD:“Desarrollo mi capacidad física y fortalezco los diferentes segmentos de mi cuerpo durante la cuarentena”. | 14 | X | X | X | X | X | X |
| TOTAL DE TRABAJO POR CAPACIDAD  | 39 |  |  |  |  |  |  |

**IV.- MATRIZ DE UNIDADES.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD** | **DURACIÓN EN SESIONES** | **CAMPOS TEMÁTICOS** | **PRODUCTOS** |
| **I UNIDAD:****“Nos adaptamos física y deportivamente desde casa”.** | 13 | Las capacidades físicas básicas. Los principales trastornos y defectos posturales. La postura corporal.  | Practica de buenas posturas corporales. Elaboración de afichesElaboración de material deportivo con material reciclado.   |
| **II UNIDAD:****“Desarrollamos actividad física en casa durante la cuarentena”.** | 12 | Capacidades físicas coordinativasEl calentamiento articular Calentamiento cardiovascular.Estiramiento muscular | Practica de buenas posturas corporales. Elaboración de afichesElaboración de material deportivo con material reciclado.  |
| **III UNIDAD:**“**Desarrollo mi capacidad física y fortalezco los diferentes segmentos de mi cuerpo durante la cuarentena”** | 12 | Las capacidades físicas condicionales Los principales trastornos y defectos posturales. La postura corporal.  | Practica de buenas posturas corporales. Elaboración de afichesElaboración de material deportivo con material reciclado.  |

**ENFOQUE Y ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS DEL ÁREA:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **AREA** | **ENFOQUES** | **ESTRATEGIAS** |
| **EDUCACIÓN FÍSICA** | **SE DESENVUELVE A TRAVÉS DE SU MOTRICIDAD.****VIDA SALUDABLE.****INTERACTÚA DE SUS HABILIDADES SOCIOMOTRICES** | Estrategias para desarrollar las competencias: **Métodos y Técnicas****Mando directo**Descubrimiento Guiado Asignación de tareas Libre exploración Resolución de problemasReciproco Descubrimiento guiado  |

**V. PRODUCTO ANUAL IMPORTANTE.**

Actúa demostrando seguridad y cuidado de sí mismo y a su medio natural, valorando su identidad personal, social y cultural al practicar actividades físicas, juegos pre deportivos en distintos escenarios y circunstancias.

**VI. ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN**

La evaluación se realizará en tres momentos:

Inicio : Evaluación diagnostica, saberes previos.

Proceso : Lista de cotejo, ficha de observación, prueba oral.

Final : Pruebas de unidad.

**VII.- MATERIALES Y RECURSOS.**

**PARA EL DOCENTE:**

* Currículo Nacional del Ministerio de Educación
* Psicopedagogía de la Educación Motriz – Oscar Zapata – Francisco Aquino
* Unidades de aprendizaje significativo – Abel Ramos Gonzales
* Ejercicios Y Juegos de Atletismo. Volumen II (Las Disciplinas Atléticas) Javier Olivera Beltrán.
* Página de You tube

**PARA EL ALUMNO:**

Enciclopedias de deporte.

Revistas y folletos deportivos.

Internet.