 Coordinación Nivel II

***GUÍA DEL ALUMNO***

1. ***DATOS GENERALES***

TRIMESTRE : I

CURSO : EDUCACIÓN FÍSICA

GRADO : 1ro “A” - “B” y “C"

PROFESOR : LIC. FLAVIO YGNACIO TORRES

HORAS SEMANALES : 04

1. ***UNIDADES DE LA ASIGNATURA***

|  |  |
| --- | --- |
| TRIMESTRE | **UNIDAD II** |
| **I** | **Convivamos en armonía y practicamos el atletismo conociendo las pruebas de campo** |

1. ***CONTENIDOS DE OBJETIVOS FUNDAMENTALES E INDIVIDUALES DEL I TRIMESTRE***

**3.1. COMPETENCIA: SE DESENVUELVE DE MANERA AUTÓNOMA A TRAVÉS**

**DE SU MOTRICIDAD.**

**3.2. CAPACIDAD:**

* **Comprende su cuerpo**
* **Se expresa corporalmente**

**3.3. COMPETENCIA: ASUME UNA VIDA SALUDABLE**

**3.4. CAPACIDAD:**

* **Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene corporal y la salud.**
* **Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida**

**3.5. COMPETENCIA: INTERACTÚA A TRAVÉS DE SUS HABILIDADES**

**SOCIOMOTRICES.**

**3.6. CAPACIDAD:**

* **Se relaciona utilizando sus habilidades sociomotrices**
* **Crea y aplica estrategias y tácticas de juego**

**DURACIÓN:** **23 de abril al 24 de mayo**

**CONTENIDOS FUNDAMENTALES E INDIVIDUALES**

* Conoce las reglas del atletismo y la ejecución de las pruebas de campo.
* Su correcta ejecución de la práctica del salto largo.
* Su correcta ejecución de la práctica del salto alto estilo cara a la barra.
* Su correcta ejecución de la práctica del salto alto estilo tijera Evaluación.
* Su correcta ejecución de la práctica del salto alto estilo Fosbury. Evaluación.
* Su correcta ejecución del Lanzamiento de pelota. Evaluación.

**CONTENIDOS INDIVIDUALES**

* La correcta ejecución del salto largo siguiendo sus fases y mejorando su distancia.
* Ejecución de unos de los tipos de salto altos realizados siguiendo su técnica.

1. ***ORIENTACIONES METODOLÓGICAS***

1.- Es importante escuchar con mucha atención tanto en el aula como en el campo de deportivo, las indicaciones que menciona el profesor en las cargas de trabajo, ya que facilitará el correcto desarrollo de las actividades y de tu aprendizaje.

2.-**La presentación del kit de aseo es obligatorio. (Polo adicional, toalla y desodorante)**

**3.-Al momento de salir del aula hacia el campo deportivo es un aspecto actitudinal importante, por lo tanto, nos trasladamos en silencio y en orden al ir y al regresar al aula.**

**4.- Para poder iniciar una sesión de clase es necesario contar con el uniforme completo de Educación Física (Polo con la insignia del colegio, short blanco con rayas verdes, medias altas (no tobilleras) y zapatillas BLANCAS. (OBLIGATORIO)**

**5.-Se puedes utilizar un polo totalmente blanco (no estampado y sin marca deportiva), para la práctica deportiva o recreativa**

**6.- El buzo es un complemento de la vestimenta de Educación física. No se puede usar en el desarrollo de la clase.**

7.-Los alumnos que no alcancen los objetivos fundamentales trabajarán objetivos individuales de profundización.

8.-Una vez terminada la práctica los alumnos deberán participar en la actividad final que el profesor les asigne.

***V. Recursos*, medios y materiales.**

* Power Point.
* Videos
* Reglamentos.
* Material deportivo

**VI. SISTEMA DE EVALUACIÓN.**

1. ***Inicio****:* Evaluación diagnostica, saberes previos
2. ***Desarrollo.*** Lista de cotejo, guía de observación, participación activa en clase.
3. ***Cierre:*** Retroalimentación y evaluación de la unidad.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Sistema de evaluación*** | ***¿Qué se evaluará?*** |
| ***Proceso*** | Participación en clase, comentarios críticos, observación de videos. desarrollo de actividades. |
| ***Final*** | presentaciones de productos previstos en la unidad, prácticas calificadas. |