



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LUCRECIO JARAMILLO
VÉLEZ
UNIDAD DIDÁCTICA**

ASIGNATURA	PROFESOR	GRADO	PERIODO	AÑO
EDU. FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	JUAN JAIRO VÁSQUEZ ARBOLEDA.	6º y 7º	CUARTO	2022

1. COMPETENCIA:

Condición Física.

2. INDICADORES:

SABER;

- Distingo y hago buen uso de conceptos teóricos básicos sobre la Coordinación corporal, su relación con el sistema nervioso, su importancia en la vida cotidiana y en la práctica del deporte escolar.

HACER:

- Ejecuto movimientos básicos de coordinación propios del Deporte Escolar teniendo en cuenta el espacio y el tiempo.

SER:

- Participo activa y organizadamente de las actividades de clase.

3. DESARROLLO METODOLÓGICO Y EVALUATIVO.

Fecha inicio de la unidad: Septiembre 12/2022		Fecha de cierre
FASES	Descripción de las Actividades	Fechas, Criterios y formas de evaluación flexible
Fase inicial o exploratoria	Actividad #1: _ Socialización de la Unidad didáctica con el grupo; presentación de la competencia de período, de los indicadores de desempeño. _ Detección de saberes previos sobre la Coordinación Corporal y su relación con el sistema nervioso.	Actividad evaluativa #1 y 2: Fecha: _ Las dos primeras clases Criterios de evaluación: _ Asistencia al encuentro. _ Participación en clase. _ Actitud ante el grupo. _

	<p>Actividad #2: _ Socialización de conceptos básicos sobre la Coordinación Corporal y su relación con el sistema nervioso.</p>	<p>_ Elaborar un informe escrito en el cuaderno, sobre la Coordinación Corporal y su relación con el sistema nervioso</p>
<p>Fase de profundización.</p>	<p>Actividad #3: _ Desarrollo y mantenimiento de la Coordinación Corporal y su relación con otras capacidades Físicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Coordinación y fuerza. ▪ Coordinación, Velocidad y resistencia. ▪ Coordinación y Ritmo. ▪ Coordinación, Equilibrio y Agilidad (habilidad). <p>_ A través de técnicas de trabajo variadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Intervalos ● Carruseles. ● Circuitos. ● Trabajos con balón. <p>Actividad # 4: _ Taller coordinación de la respiración y el ejercicio físico :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Algunas técnicas de respiración y relajación ● Respiración abdominal. ● Respiración Torácica. ● Respiración Clavicular. ● Realizar la experiencia desde varias posturas corporales: sentado, acostado y de pie. 	<p>Actividad evaluativa #3:</p> <p>Fecha: tercera, cuarta, quinta y sexta clase.</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> _ Asistencia al encuentro. _ Participación en clase. _ Actitud ante el grupo. <p>Act. Evaluativa #4</p> <p>Fecha: séptima y octava clase.</p> <p>Criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> _ Asistencia al encuentro. _ Participación en clase. --Actitud ante el grupo.

	<p>Actividad #5 Ejecución de sesiones físicas donde se trabaje la coordinación y su relación con las demás capacidades físicas.</p>	<p>Actividad Evaluativa #5: Fecha: novena clase. Criterios de evaluación: _Asistencia al encuentro. _Participación en clase. _Actitud ante el grupo.</p>
<p>Fase de síntesis, expresiva, socialización de aprendizaje</p> <p>BIBLIOGRAFÍA:</p>	<p>Actividad # 6:</p> <p>_ Apoyo académico. Autoevaluación.</p> <p>--ENGUIDANOS FLORIÁN, M.J E IDEASPROPIAS. (2004). "Expresión corporal. Aproximación teórica y técnicas aplicables en el aula". Editorial Ideas propias. Vigo.</p>	<p>Actividad Evaluativa #6:</p> <p>Fecha: decima clase</p> <p>Criterios de evaluación: _ Asistencia al encuentro. _ Participación en clase. _ Actitud ante el grupo.</p> <p>-- LEARRETE, B. (1987). "Didáctica de la expresión corporal". Editorial Nancea. Madrid.</p>