

<b>Área o asignatura:</b> Educación Física Deporte y Recreación.	<b>Curso:</b> Séptimo A y B. <b>Año:</b> 2025
<b>Periodo:</b> Primero.	<b>Docente a cargo:</b> NELSON CÁRDENAS y LIZETH VARGAS

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	
OBJETIVOS	CONSTRUIR VARIABLES DE VIDA SALUDABLE APOYÁNDOSE DE LA ACTIVIDAD FÍSICA.
Indicadores de Logro	Cognitivo: Identifica los componentes de un diagnóstico físico y su aplicabilidad. Procedimental: Desarrolla la ficha médica y antropométrica y los Elementos de evaluación para completar un diagnóstico físico. Actitudinal: Expresa interés y gusto por la clase presentando trabajos, tareas con calidad y puntualidad manteniendo el porte adecuado de la sudadera.

CONTENIDOS DEL BIMESTRE.	
1. Actividad física	4. Beneficios
2. Concepto	5. Clasificación
3. Efectos	6. Nutrición

PROCESO Y ACTIVIDADES			
ETAPA	FECHAS (Semanas)	ACTIVIDADES	PROCESO DE EVALUACIÓN (Relacionar si se revisará en trabajo en clase 60%, trabajo para casa 20% o proceso de evaluación 20%)
ANTICIPACIÓN.	Semana 1 y 2.	Para cada una de las clases durante el presente año lectivo se desarrollará cada clase de la siguiente manera: 1. Llegada al salón a la hora en punto, 2. Orden del salón, Asistencia, anotación de bitácora en el tablero, verificación del uniforme y revisión de tarea, tema central en el salón, salida y práctica. 3. ejecución de cada momento práctico, ingresó al salón, 4. Intercambio de clase.	Semana diagnóstica e información general. (Este momento es ideal para indagar e identificar sobre los saberes previos, desde esta primera etapa se gesta una evaluación de partida). Abriendo paso al 20%, referente al proceso evaluativo. Además, el trabajo en clase será muy determinante al momento de iniciar actividades del periodo, permitiendo observar el compromiso de cada individuo. obteniendo la cuota del 60%. Por último, el 20% de tareas, será un valor agregado, fortaleciendo un carácter personal de índole autónomo.

## CRONOGRAMA BIMESTRAL

<p>CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO.</p>	<p>Semana 3, 4, 5, 6.</p>	<p>ACTIVIDAD FÍSICA</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Concepto</li> <li>2. Efectos</li> <li>3. Beneficios</li> <li>4. Clasificación</li> <li>5. Nutrición</li> </ol> <p>Para el desarrollo de estos temas se hace necesario una lectura crítica por clase, donde cada encuentro permitirá una actividad acorde a cada uno de los temas, a esto se le suma, una variedad de videos que permitirán ir aclarando dudas sobre su contenido, acompañado de las explicaciones del profesor, posteriormente los ejercicios prácticos facilitaran la apropiación de la malla.</p>	<p>En esta etapa el estudiante se enfrentará al grueso de temas del periodo, refiriendo actitudes y aptitudes para llegar al final dela sexta semana con los conocimientos requeridos; la finalidad; ser aprobado al siguiente periodo.</p> <p>Este proceso tendrá un valor porcentual del 60% trabajado en clase, un 20% en el proceso evaluativo, donde se hará un seguimiento grupal e individual, en cada CRONOGRAMA BIMESTRAL (veintiuna, el bobito, paredón, túnel y corre: en el fútbol). Es en este punto donde se integra la autonomía del estudiante con el fin de identificar y mediante entre el deporte y los: Tipos de juegos pre deportivos.</p> <p>El estudiante podrá inventar pre deportivos a partir de este momento.</p> <p>uno de los momentos destinados. y otro 20% de trabajos, actividades y tareas desde casa. Este estímulo debe ser alimentado por el estudiante y apoyado por el profesor.</p>
<p>CONSOLIDACIÓN.</p>	<p>Semana 7 y 8.</p>	<p>Durante el transcurso de estas 2 semanas se aterrizan los conocimientos de manera individual y colectiva, pero con un carácter, autoevaluativo y evaluativo. Haciendo énfasis en su crecimiento personal, fortaleciendo su acervo motor y potenciando su intelecto en el aprestamiento personal.</p>	<p>Para finalizar de manera uniforme a los requerimientos desde coordinación académica, se destinarán las dos últimas semanas con el fin de hacer un cierre satisfactorio acorde a las necesidades de cada individuo,</p> <p>Previendo la última nota del 60%, trabajó en clase, la última evaluación práctica y teórica con el 20%, y una última actividad traída desde casa para el 20% restante.</p> <p>De esta manera se da por terminado el primer periodo académico dando pie al siguiente.</p>

NOTA: Las semanas y tareas asignadas para cada fase de aprendizaje pueden cambiar según la comprensión y el logro de los objetivos específicos de cada curso.