

CRONOGRAMA BIMESTRAL

Área o asignatura: Educación Física	Curso: Sexto	Año: 2024
Periodo: Primero	Docente a cargo: LIZETH VARGAS Y NELSON CÁRDENAS	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	
OBJETIVO	Reconocer la importancia en diferenciar una lesión deportiva.
Indicadores de Logro	<p>Cognitivo: Identifica las principales lesiones de los deportes practicados en la actualidad.</p> <p>Procedimental: Efectúa una correcta postura de la venda fija y elástica.</p> <p>Actitudinal: Expresa interés y gusto por la clase presentando trabajos, tareas con calidad y puntualidad manteniendo el porte adecuado de la sudadera.</p>

CONTENIDOS DEL BIMESTRE.	
1. Lesiones deportivas	3. Tipos de lesiones deportivas a. Musculares b. Oseas
2. Concepto y clasificación	4. Cuidados y recuperación

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	<p>Semana diagnóstica:</p> <p>Se realizará un breve sondeo sobre los temas relacionados a las lesiones deportivas.</p> <p>Dinámicas de interacción:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Espaldas pegadas - Agua de limón - El mensaje equivocado. 	<p>Trabajo constante en clase. (Ejecuta los ejercicios propuestos en clase y participación 60%)</p> <p>Material de apoyo o consultas: 20%</p> <p>Evaluaciones practicas: (desempeño final y apropiación de ejercicios variados 20%)</p>
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO.	Semanas 3, 4, 5 y 6	Clase a clase se maneja una hora de clase teórica y una hora práctica en la cual se pretende que se defina el concepto y la	Trabajo constante en clase. (Ejecuta los ejercicios propuestos en clase y participación 60%)

Proceso académico bimestral.

CRONOGRAMA BIMESTRAL

		<p>clasificación que le damos a cada lesión deportiva.</p> <p>Tipos de lesiones deportivas: Se pretende que cada tipo sea expuesto por los estudiantes de forma lúdica y práctica. Acompaña siempre de una actividad práctica o recreativa según lo requiera.</p> <p>Lesiones musculares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Corre a tu esquina - Cambio de marcha - El imán <p>Lesiones tendinosas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Peces y pescadores - Piragua con relevos - Robar la cola <p>Lesiones articulares:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Quemados - Derriba el cono - Calles y avenidas <p>Lesiones óseas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que ruede la pelota - Vendaje 	<p>Material de apoyo o consultas: 20%</p> <p>Evaluaciones practicas: (desempeño final y apropiación de ejercicios variados 20 %)</p>
CONSOLIDACIÓN.	Semana 7 y 8	<p>Proceso evaluativo en el cual se evidencie de forma oral las diversas lesiones deportivas.</p> <p>Circuito motriz donde se vea reflejado los cuidados que se deben tener al realizar cualquier tipo de ejercicio o actividad física.</p>	<p>Cierre de notas y proceso de autoevaluación.</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.