CRONOGRAMA BIMESTRAL

Área o asignatura: Educación Física	Curso: Tercero A y B.	Año: 2024
Periodo: 4to.	Docente a cargo: Nelson Enrique Cárdenas Rodríguez, Lizet Vargas.	

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.	
OBJETIVOS	RECONOCER LAS CUALIDADES FÍSICAS PARA OBTENER MEJOR CONDICIÓN FÍSICA.
Indicadores de Logro	. Cognitivo: Conoce las diferentes cualidades físicas y las diferencia (resistencia y velocidad) *Procedimental: Domina y aplica en diferentes ejercicios, las cualidades físicas (resistencia y velocidad) *Actitudinal: Expresa interés y gusto por la clase presentando trabajos y tareas con calidad y puntualidad manteniendo el porte adecuado de la sudadera e incorporando elementos que favorecen el desarrollo personal.

CONTENIDOS DEL BIMESTRE.	
1. Cualidades físicas. 2. Alimentación saludable.	3. Resistencia. 4. Velocidad.

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.
CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO.	Semana 3, 4, 5,6.	1. Cualidades físicas. Retomamos explicaciones del significado de cualidad física, se hará un dibujo de un animal que represente la resistencia y la velocidad, cada cualidad con un animal diferente, luego cada uno dará la explicación del porqué de cada animal.	En esta etapa el estudiante se enfrentará al grueso de temas del periodo, refiriendo actitudes y aptitudes para llegar al final de la sexta semana con los conocimientos requeridos; la finalidad; ser aprobado al siguiente periodo. 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

		<p>2. Alimentación saludable. Video introductorio a una sana alimentación, diferencia entre comer, alimentarse, nutrirse e ingerir.</p> <p>3. Resistencia. Practica durante toda la clase, exigencia a media alta intensidad, pre deportivos, levantamiento de pesos en distancias cortas, salto de lazo, competencia 1 Vs 1, 2 Vs 2, 3 Vs 3.</p> <p>4. Velocidad. Practica durante toda la clase, exigencia a media alta intensidad, pre deportivos, ejercicios con su propio peso, carreras, fondos, velocidad máxima, salto de lazo, competencia 1 Vs 1, 2 Vs 2, 3 Vs 3. Equipos Vs equipos.</p>	<p>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. 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>
CONSOLIDACIÓN.	Semana 7 y 8.	<p>Durante el transcurso de estas 2 semanas se aterrizan los conocimientos de manera individual y colectiva, pero con un carácter, auto evaluativo 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, 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. De esta manera se da por terminado el primer periodo académico dando pie al siguiente.</p>