



COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B."  
"Porque tus metas también son las nuestras"  
PLANEACIÓN DIDÁCTICA DE CLASES 2023



<b>ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>PROFESOR (A): FREDY REYES MENA</b>	<b>GRADO: TERCERO A Y B</b>
<b>PERIODO: I</b>	<b>FECHA: SEMANA DEL 22 DE ENERO AL 5 DE ABRIL</b>	<b>NÚMERO DE HORAS: 20</b>

<b>CLASE 50'</b>	<b>LOGRO Y TEMA</b>	<b>ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>
2 horas	Realizo tareas individuales y colectivas que desarrollan la coordinación utilizando diferentes elementos  Coordinación general Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica Juegos y actividades con: pelotas cuerdas aros bastones	I. Saludo, familiarización con el grupo, pactos de aula, socialización de actividades del año y objetivo de la clase.  D. Conocer la forma correcta de realizar un calentamiento deportivo y un estiramiento, antes o después de cada actividad deportiva, iniciando desde el tren inferior y finalizando en tren superior.  C. Vuelta a la calma – Estiramiento general por parejas.	HUMANOS: 1 educador físico 2 estudiantes  FISICOS: Escenario deportivo	Repaso general de los objetivos desarrollados  Participación en clase Observación



COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B."  
"Porque tus metas también son las nuestras"  
PLANEACIÓN DIDÁCTICA DE CLASES 2023



2 horas	<p>Realizo tareas individuales y colectivas que desarrollan la coordinación utilizando diferentes elementos</p> <p>Coordinación general Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica Juegos y actividades con: pelotas cuerdas aros bastones</p>	<p>I Saludo, toma de asistencia, explicación sobre que es la coordinación general, socialización de actividades a realizar</p> <p>D. Ejercicios de movilidad articular, cada estudiante tendrá un aro donde realizará ejercicios coordinativos utilizando sus segmentos corporales</p> <p>C. Vuelta a la calma – juego cambio de casa</p>	<p>HUMANOS: 1 educador físico 2 estudiantes</p> <p>FISICOS: Escenario deportivo Aros</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>Participación en clase Observación</p>
2 horas	<p>Realizo tareas individuales y colectivas que desarrollan la coordinación utilizando diferentes elementos</p> <p>Coordinación general Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica Juegos y actividades con: pelotas cuerdas aros bastones</p>	<p>I Saludo, toma de asistencia, explicación sobre que es la coordinación general, socialización de actividades a realizar</p> <p>D. calentamiento general coordinativo desde punto A al punto B - Los estudiantes se formarán en grupos de 5 para realizar un circuito coordinativo compuesto por 5 estaciones, saltos continuos pie juntos, zigzag, desplazamiento lateral, juego la golosa, saltos laterales y giros - Cada grupo con su propia idea propondrá un ejercicio coordinativo para compartir con sus compañeros.</p> <p>C. Vuelta a la calma (Trote – Estiramiento)</p>	<p>HUMANOS: 1 educador físico 2 estudiantes</p> <p>FISICOS: Escenario deportivo Aros, conos, vallas</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>Participación en clase Observación</p>



**COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B"**  
 "Porque tus metas también son las nuestras"  
 PLANEACIÓN DIDÁCTICA DE CLASES 2023



<p>2 horas</p>	<p>Viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          - Desarrollar la coordinación general y segmentaria a través de actividades con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación general          Coordinación segmentaria:          viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p>I, Saludo, Calentamiento dinámico general, Explicación de los objetivos a desarrollar en clase</p> <p><b>D.</b> Lanzar y atrapar (Balones) diferentes formas - Arriba, Abajo, laterales.          Lanzamiento por parejas a través de manipulación de balones.          Realizar lanzamientos individuales hacia arriba con variaciones del ejercicio; 1 palma, 2 palma, 1 vuelta, pasarla de mano a mano.</p> <p><b>C.</b> Vuelta a la calma (Trote - Estiramiento)</p>	<p><b>HUMANOS:</b>          1 Educador físico</p> <p><b>FISICOS:</b>          -Escenario deportivo          -Balones          -Bastones</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>Participación en clase</p> <p style="text-align: center;">- Observación</p>
----------------	---	---	---	---



**COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B"**  
 "Porque tus metas también son las nuestras"  
 PLANEACIÓN DIDACTICA DE CLASES 2023



<p>2 horas</p>	<p>Desarrollar la coordinación general y segmentaria a través de actividades con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación general          Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p>I. Saludo, Calentamiento dinámico general, Explicación de los objetivos a desarrollar en clase</p> <p><b>D.</b> Lanzamientos con una mano, luego con la otra mano, con las dos manos. Se deberá modificar la ubicación a diferentes distancias.          -Luego se realiza un ejercicio similar, pero en este caso se hará pateando la pelota y reaccionándola con el pie.</p> <p><b>C.</b> Juego la chucha          Estiramiento</p>	<p>HUMANOS:          1 Educador físico</p> <p>FISICOS:          -Balones de fundamentación          -Lazos          -Conos          -Escenario deportivo</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>Participación en clase</p> <p>- Observación</p>
<p>2 horas</p>	<p>Desarrollar la coordinación general y segmentaria a través de actividades con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación general          Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p>I saludo, toma de asistencia y socialización de actividades a realizar          Calentamiento general coordinativo</p> <p><b>D.</b> Lanzar y atrapar (Balones) diferentes formas – Arriba, Abajo, laterales.          Lanzamiento por parejas a través de manipulación de balones.          Realizar lanzamientos individuales hacia arriba con variaciones del ejercicio; 1 palma, 2 palma, 1 vuelta, pasarla de mano a mano.</p> <p><b>C.</b> Vuelta a la calma          - Estiramiento pasivo.</p>	<p>HUMANOS:          1 Educador físico</p> <p>FISICOS:          -Balones de fundamentación          -Lazos          -Conos          -Escenario deportivo</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>Participación en clase</p> <p>- Observación</p>



COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B"  
 "Porque tus metas también son las nuestras"  
 PLANEACIÓN DIDACTICA DE CLASES 2023



<p>2 horas</p>	<p>Desarrollar la coordinación general y segmentaria a través de actividades con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación general          Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p>I Saludo y toma de asistencia, socialización de actividades a realizar.          Calentamiento general sobre escaleras- estiramiento</p> <p>D- Juego predeportivo kitboll</p> <p>I Vuelta a la calma – estiramiento general</p>	<p>HUMANOS:          1 Educador físico</p> <p>FISICOS:          -Balones de fundamentación          -Conos          -escenarios deportivos</p>	<p>-participación          - Observación</p>
<p>2 horas</p>	<p>Desarrollar la coordinación general y segmentaria a través de actividades con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación general          Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p>I. Saludo y toma de asistencia          Calentamiento general coordinativo sobre bastones</p> <p>D. Carreras de relevos pasando por obstáculos de salto de vallas, giros, bote de balón dentro de aro y lanzamientos en varias posiciones (de pie, rodillas y acostado)</p> <p>C. Vuelta a la calma          Juego ponchado en tríos</p>	<p>HUMANOS:          1 Educador físico</p> <p>FISICOS:          -Balones de fundamentación          -Conos          -Escenario deportivo</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>- Participación en clase          Observación          Practica</p>



**COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B"**  
 "Porque tus metas también son las nuestras"  
 PLANEACIÓN DIDÁCTICA DE CLASES 2023



<p>2 horas</p>	<p>Desarrollar la coordinación general y segmentaria a través de actividades con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación general          Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p><b>I.</b> Saludo y toma de asistencia          Calentamiento general coordinativo sobre bastones</p> <p><b>D.</b> Carreras de relevos pasando por obstáculos de salto de vallas, giros, bote de balón dentro de aro y lanzamientos en varias posiciones (de pie, rodillas y acostado)</p> <p><b>C.</b> Vuelta a la calma          Juego ponchado en tríos</p>	<p><b>HUMANOS:</b>          1 Educador físico</p> <p><b>FISICOS:</b>          -Balones de fundamentación          -Conos          -Escenario deportivo</p>	<p>Repaso general de los objetivos desarrollados</p> <p>- Participación en clase          Observación</p>
<p>2 horas</p>	<p>Coordinación general          Coordinación segmentaria: viso manual y viso-pédica          Juegos y actividades con:          pelotas          cuerdas          aros          bastones</p>	<p><b>I.</b> Saludo, toma de asistencia y autoevaluación          Calentamiento general</p> <p><b>D.</b> Juego de libre exploración</p> <p><b>C.</b> Vuelta a la calma (estiramiento general)</p>	<p><b>HUMANOS:</b>          1 educador físico</p> <p><b>FISICOS:</b>          -Balones          -cuerdas          -cuerdas          -Escenario deportivo</p>	<p>Participación          Observación</p>



COLEGIO COOPERATIVO DE APARTADÓ "C.A.R.B."  
"Porque tus metas también son las nuestras"  
PLANEACIÓN DIDÁCTICA DE CLASES 2023

