

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.
Segundo Periodo (2 DE ABRIL AL 8 DE JUNIO)
GRADO 1°

TEMAS: Lateralidad y Direccionalidad.

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SABER: Reconoce la derecha y la izquierda y las direcciones de adelante, atrás, arriba y abajo

HACER: Hace un adecuado manejo de su cuerpo en diferentes direcciones

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	<p>Taller del periodo 15% *Lateralidad Concepto de Lateralidad y ejemplos</p> <p>Evaluaciones del periodo 15% *Direccionalidad: Concepto ¿Qué es y como lo puedo realizar?</p> <p>Talle teórico práctico 20% Lateralidad y direccionalidad.</p>	Semana del 2 de abril al 20 de Abril. Semana del 23 de Abril al de 18 de mayo. Semana del 21 de mayo al 1 de junio.
HACER 40%	<p>Aplicación técnica y tecnológica en el área 10% Revisión de actividades realizadas en el cuaderno.</p> <p>Trabajo en clase Lateralidad 20% Concepto (Seguimiento de instrucciones).</p> <p>*Direccionalidad 10%: Ejecución de las actividades realizadas en clase. Trabajo de desplazamientos arriba, abajo, adelante atrás con movimientos Rápidos y lentos</p>	Semana del 7 de Mayo al 11 de Mayo Semana del 2 de abril al 11 de Mayo. Semana del 14 de mayo al 1 de junio
SER 10%	✓ Auto evaluación 5%	Semana del 28 mayo al 1 de junio

	✓ Co evaluación 5%	Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio.
--	---------------------------	---

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.
SEGUNDO PERIODO
GRADO 2°

TEMAS: Capacidades perceptivo motrices, lateralidad y direccionalidad

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SABER: Refuerza conceptos de lateralidad y espacialidad y los relaciona con los movimientos corporales.

HACER: Ejecuta correctamente los lanzamientos y recepciones en diferentes situaciones y manejo de los espacios.

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	Evaluaciones del periodo 25% Desplazamiento: Concepto (formas de desplazamiento y formaciones) * Capacidades perceptivas ¿Qué es y como lo puedo desarrollar? Evaluaciones del periodo 25% Cuestionario Didáctico. **“Los sentidos” **“Los lados de mi cuerpo”	Semana del 23 al 27 de abril Semana del 23 al 27 de abril
HACER 40%	Aplicación técnica y tecnológica en el área 25% Revisión de actividades realizadas en el cuaderno. Tareas 5% Revisión de los temas de consulta en el cuaderno Trabajo en clase 10% * Lateralidad Desplazamiento: (Seguimiento de instrucciones) Direccionalidad Inducción al deporte ejecución del juego *Seguimiento de instrucciones	Semana del 14 al 18 de mayo Semana del 7 al 11 de mayo
SABER SER 10%	<input checked="" type="checkbox"/> Auto evaluación 5% <input checked="" type="checkbox"/> Co evaluación 5%	Semana del 30 de mayo al 4 de junio. Semana del 28 de mayo al 8 de junio.

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.
SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA DE EDUCACION FISICA Y DEPORTES.
SEGUNDO PERIODO
GRADO 3°

TEMAS: Capacidades Físicas: flexibilidad y fuerza. Juegos Pre Deportivos: Fútsal y Lanza Disco

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SABER: Identifica algunas de las capacidades físicas en la práctica pre deportiva.

HACER: Maneja y utiliza adecuadamente las capacidades durante la práctica de los juegos pre deportivos.

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C (Empresallismo)

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	<p>Evaluaciones del periodo 15%</p> <p>(Nombrar y Definir Las capacidades físicas)</p> <p>Deporte Formativo:</p> <p>Definir, los juegos pre deportivos</p> <p>¿Cuáles son las capacidades físicas más relevantes del lanza disco?</p> <p>¿Cuáles son las capacidades físicas más relevantes del Fútsal?</p> <p>Evaluaciones del periodo 15%</p> <p>Cuestionario Didáctico. Fútsal, lanza disco, fuerza y flexibilidad.</p>	<p>Semana del 23 al 27 de abril</p>
HACER 40%	<p>Aplicación técnica y tecnológica en el área 25%</p> <p>Revisión de actividades realizadas en el cuaderno.</p> <p>Tareas 5%</p> <p>Revisión de los temas de consulta en el cuaderno</p>	<p>Semana del 23 al 27 de abril</p> <p>Semana del 14 al 18 de mayo</p>

	Trabajo en clase 10% * Desarrollo de las actividades y pruebas de flexibilidad y fuerza. * Participación y ejecución correcta del deporte formativo	Semana del 14 al 18 de mayo
SABER SER 10%	✓ Auto evaluación 5%	Semana de 28 de mayo al 8 de junio
	✓ Co evaluación 5%	Semana de 28 mayo al 8 de junio

**SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA DE EDUCACION FISICA Y DEPORTES.
SEGUNDO PERIODO
GRADO 4°**

TEMAS: Capacidades Físicas; Velocidad y fuerza, Higiene, juegos Pre Deportivo Futsal.

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SABER: Valora la práctica de los juegos pre deportivos como medio de trabajo de las capacidades motrices.

HACER: realiza adecuadamente las actividades, mejorando sus habilidades y sus capacidades.

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C. (*Empresallismo*).

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	<p>Evaluaciones del periodo 15%</p> <p>Capacidades físicas: *Que son las capacidades físicas?</p> <p>*Velocidad: Taller. Crear una actividad para mejorar la velocidad de un atleta.</p> <p>*Fuerza: Taller. Crear una actividad para mejorar la fuerza de un atleta</p> <p>Higiene. * Exposiciones y talleres * Deporte Formativo</p> <p>¿Cuáles son las capacidades físicas más relevantes del Fútsal?</p> <p>Evaluaciones del periodo 15%</p>	<p>Semana del 23 al 27 de abril</p> <p>Semana del 23 al 27 de abril</p>
HACER 40%	<p>Aplicación técnica y tecnológica en el área 25% Revisión de actividades realizadas en el cuaderno.</p> <p>Tareas 5% Revisión de los temas de consulta en el cuaderno</p> <p>Trabajo en clase 10%</p>	<p>Semana del 14 al 18 de mayo</p> <p>Semana del 14 al 18 de mayo</p>

	<ul style="list-style-type: none"> * Desarrollo de las pruebas de velocidad y fuerza. * Participación y ejecución correcta del deporte formativo 	
SABER SER 10%	<input checked="" type="checkbox"/> Auto evaluación 5%	Semana del 28 de mayo al 8 de junio
	<input checked="" type="checkbox"/> Co evaluación 5%	Semana del 28 de mayo al 8 de junio

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.

Segundo Periodo (Del 2 de Abril al 8 de Junio del 2018)

DOCENTE: ALBEIRO HERRERA ALVAREZ

GRADO 5°

TEMAS: Pre-deportivo al Baloncesto, Actividades Atléticas, Gimnasia básica.

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.

SABER: Relaciona las capacidades físico-motrices con la práctica del juego pre-deportivo.

HACER: Aplica correctamente las capacidades físico motrices en el pre deportivo

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	➤ Consultar sobre hábitos saludables (dieta equilibrada, hábitos tóxicos, ejercicio físico, higiene, equilibrio mental, horas de sueño).	Semana del 9 de Abril al 4 de Mayo.
	➤ Consultar la breve historia del baloncesto y las principales reglas de este deporte.	Semana Del 16 al 20 de Abril
	➤ Revisión del cuaderno.	Del 9 al 13 de Abril. Del 21 al 25 de Mayo
	➤ Prueba Externa	

HACER 40%	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de actividades atléticas en velocidad aplicando la técnica de la carrera en distancias cortas y relevos 4 x 50 metros. ➤ Realización de algunos gestos técnicos básicos del Baloncesto en el pre-deportivo ➤ Test de velocidad en 50 y 80 metros ➤ Ejercicios básicos en saltos con la cuerda 	Del 2 de Abril al 8 de Junio.
		Del 2 de Abril al 8 de Junio.
SER 10%	✓ Auto evaluación 5%	Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio
	✓ Coevaluación 5%	Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.

Segundo Periodo (Del 2 de Abril al 8 de Junio de 2018)

DOCENTE: ALBEIRO HERRERA ALVAREZ

GRADO 6°

TEMAS: Baloncesto. Gimnasia y Atletismo

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.

SABER: Identifica y explica los diferentes temas relacionados con la gimnasia y las capacidades físicas.

HACER: Ejecuta la técnica y aplica el reglamento básico del deporte formativo y la gimnasia.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	➤ Consulta sobre las reglas básicas de juego del Baloncesto.	Semana del 9 de Abril al 4 de Mayo.
	➤ Consulta sobre el sistema óseo.	Semana del 9 de Abril al 4 de Mayo.
	➤ Socialización de la consulta sistema óseo.	Semana Del 16 al 20 de Abril
	➤ Revisión del cuaderno.	Del 9 al 13 de Abril. Del 21 al 25 de Mayo
	➤ Prueba Externa.	
HACER 40%	➤ pruebas físicas: Resistencia semifondo: 800, 1000 metros. ➤ pruebas físicas: Velocidad: 80 y 100 metros, Relevos 4 x50 metros	Del 2 de Abril al 8 de Junio.

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Test de leger ➤ Presentación de ficha aptitud física. ➤ Mini torneo de Baloncesto y saltos con la cuerda. 	Del 2 de Abril al 8 de Junio.
SER 10%	✓ Auto evaluación 5%	Del 28 de Mayo al 1 de Junio
	✓ Coevaluación 5%	Del 28 de Mayo al 1 de Junio

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

AREA: EDUCACION FISICA

SEGUNDO PERIODO

2018 (Abril 2 al 8 de junio)

GRADO 7mo

TEMAS: ATLETISMO (VELOCIDAD). SISTEMA MUSCULAR

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.

SABER: Identifica y clasifica los principales musculos y huesos del cuerpo humano.

HACER: Aplica los gestos técnicos del deporte formativo y realiza cada una de las pruebas atléticas.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	Prueba Externa 20% Investigaciones y sustentaciones 30% -Pruebas de pista velocidad (Atletismo) -Sistema Muscular Pruebas de Campo (Atletismo) -Sistema Oseo -Revisión de Cuaderno	Mayo: 30 y 31 Abril 2 y 9 Abril 16 y 23 Abril 30 Mayo 8 y 15
HACER 40%	Práctica y evaluación en clase -Atletismo Pruebas de Velocidad : 100 mt pl H y M (Prueba Reina) Sàlidas pruebas de velocidad Baja. -Atletismo 400 mt pl H y M 100 mt Vallas M 110 Vallas H. Relevos Cortos y Largos H Y M. Pruebas de campo	Abril 2 al 6 Abril 9 al 13 Abril 16 al 20 Mayo 2 al 5
	-Autoevaluación 5% -Coevaluación 5 %	Mayo 21 a 28

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

AREA: EDUCACION FISICA.

SEGUNDO PERIODO

2018 (Abril 2 al 8 de junio)

GRADO 8vo

TEMAS: ATLETISMO (PISTA). PRUEBAS DE PISTA

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SER: Asume una actitud proactiva en el desarrollo de las actividades escolares del I.S.C.

SABER: Identifica las principales pruebas de pista y campo del Atletismo.

HACER: Realiza los diferentes gestos técnicos de los deportes formativos y del Atletismo.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	Prueba Externa 20% Investigaciones y sustentaciones 30% -Pruebas de pista velocidad (Atletismo) -relevos Cortos y largos. -Baloncesto: Reglas en general de juego -Pruebas de Campo (Atletismo) -salto de Longitud- lanzamientos -Revisión de Cuaderno	Mayo: 30 y 31 Abril 2 y 9 Abril 16 y 23 Abril 30 Mayo 8 y 15
HACER 40%	Práctica y evaluación en clase -Atletismo Pruebas de Velocidad : 100 mt pl H y M (Prueba Reina) Sàlidas pruebas de velocidad Baja. -Atletismo 400 mt pl H y M -Baloncesto: Fundamentaciones básicas para el juego. -Relevos Cortos y Largos H Y M. Pruebas de campo -Saltos y Lanzamientos	Abril 2 al 6 Abril 9 al 13 Abril 16 al 20 Mayo 2 al 5
	-Autoevaluación 5% -Coevaluación 5 %	Mayo 21 a 28

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

AREA: EDUCACION FISICA

SEGUNDO PERIODO

2018 (Abril 2 al 8 de junio)

GRADO 9no

TEMAS: ATLETISMO (VELOCIDAD-SEMIFONDO Y FONDO). PRUEBAS DE CAMPO.

OBRAS DE TEATRO

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SER: Propone soluciones creativas a los conflictos o problemas personales, institucionales o familiares.

SABER: Identifica los principales factores de riesgo y las diferentes pruebas de pista y de campo del Atletismo.

HACER: presenta en equipo expresiones teatrales sobre temas actuales y de salud.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	Prueba Externa 20%	Mayo: 30 y 31
	Investigaciones y sustentaciones 30% -Pruebas de pista velocidad (Atletismo) -relevos Cortos y largos. - -Pruebas de Campo (Atletismo) -salto de Longitud- lanzamientos -Pruebas de Semi-fondo -Autoestima, Alcoholismo,sedentarismo,Tabaquismo	Abril 2 y 9 Abril 16 y 23 Abril 30 Mayo 8 y 15
HACER 40%	Práctica y evaluación en clase -Atletismo Pruebas de Velocidad: 100 mt pl H y M (Prueba Reina) Salidas pruebas de velocidad Baja. -Atletismo 400 mt pl H y M -BALONCESTO: Fundamentaciones básicas para el juego. -Relevos Cortos y Largos H Y M. Obras de teatro:Alcoholismo, tabaquismo.	Abril 2 al 6 Abril 9 al 13 Abril 16 al 20

	Pruebas de campo -Saltos y Lanzamientos	Mayo 2 al 5
	-Autoevaluación 5% -Coevaluación 5 %	Mayo 21 a 28

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.

Segundo Periodo (Del 2 de Abril al 8 de Junio de 2018)

DOCENTE: JHON FREDY QUICENO SANTA

GRADO 10°

TEMAS: LESIONES DEPORTIVAS - ATLETISMO

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SER: Propone soluciones creativas a los conflictos o problemas personales, institucionales o familiares.

SABER: Identifica el manejo de las lesiones y los conceptos teórico-prácticos de la organización deportiva y el Atletismo.

HACER: Ejecuta los fundamentos técnicos básicos de los deportes formativos, individuales y colectivos.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Socialización de la Consulta sobre los conceptos de Atletismo: (Pruebas de pista y pruebas de Campo) Conceptualización de Músculo, Hueso, Tendón, Ligamento y articulación. Lesiones más comunes de cada uno de los tejidos. (Concepto de cada Lesión, Causas, Síntomas y Tratamiento) ➤ Entrega del Cuaderno con los contenidos, indicadores, Cronograma y los conceptos socializados en clase. ➤ Examen escrito sobre Lesiones Deportivas más comunes (Conceptualización, síntomas y tratamiento. Atletismo. 	Semana del 9 al 20 de Abril Semana del 16 al 20 de Abril Semana del 23 al 27 de Abril

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Taller Libro Grafiti: Área: Educación Deportiva "Volviendo al pasado" Pág. 74, 75, 76 y 77 ➤ Prueba Externa 	<p>Semana del 7 al 11 de Mayo</p> <p>Mayo 30</p>
HACER 40%	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de la prueba de Atletismo de Semifondo: 800 metros y prueba de Velocidad en 100 metros. ➤ Realización de la prueba de Atletismo de Semifondo: 1500 metros. ➤ Realización de la prueba de Atletismo: Velocidad en 150 metros y Relevos 4 x 100 metros ➤ Deporte formativo: Aplicación de Fixture, técnica y táctica en: <ul style="list-style-type: none"> - Fútbol - Kickball 	<p>Semana del 2 al 6 de Abril</p> <p>Semana del 9 al 13 de Abril</p> <p>Semana del 16 al 20 de Abril</p> <p>Semana del 9 de Abril al 8 de Junio.</p>
SER 10%	✓ Auto evaluación 5%	Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio
	✓ Coevaluación 5%	Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio

CONSULTAR LAS LESIONES MÁS COMUNES:

Óseo: Fisura, Fractura (tipos de fractura) y Luxación y/o Dislocación

Muscular: Desgarro o Desgarre, Tirón, Contractura, Calambre.

Ligamentos: Esguinces y rotura de ligamentos

Tendón: Rotura y Tendinitis

Conceptualización, Tipos de cada lesión, Causas, síntomas y tratamiento. Anexar imágenes.

SISTEMA INSTITUCIONAL DE EVALUACION
AREA: EDUCACION FISICA.

Segundo Periodo (Del 2 de Abril al 8 de Junio de 2018)

DOCENTE: JHON FREDY QUICENO SANTA

GRADO 11°

TEMAS: NUTRICIÓN - ATLETISMO

INDICADORES DE DESEMPEÑO:

SER: Propone soluciones creativas a los conflictos o problemas personales, institucionales o familiares.

SABER Identifica los hábitos de alimentación y la función de una dieta balanceada.

HACER: Ejecuta las capacidades físicas y las diferentes acciones de juego en el deporte formativo.

SISTEMA DE EVALUACION		FECHAS
SABER 50%	<ul style="list-style-type: none">➤ Exposición en grupos sobre: Carbohidratos, Proteínas, Vitaminas, Minerales, Grasas y Lípidos, Nutrición del Deportista (conceptualización, función e importancia y en qué alimentos los encontramos, exceso y ausencia, consecuencias. Entrega de Trabajo escrito y sustentación utilizando ayudas didácticas. (imágenes, video). (2 exposiciones por clase).➤ Examen escrito sobre los temas tratados en las Exposiciones.	Semana del 9 de Abril al 4 de Mayo Semana del 7 al 11 de Mayo

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Taller Libro Grafiti: Área: Ciencias Sociales: Un falso orgullo: “El caso de las cirugías estéticas” Pág. 134 y 135 ➤ Prueba Externa 	<p>Semana del 21 al 25 de Mayo</p> <p>Mayo 30</p>
HACER 40%	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realización de la prueba de Atletismo de Semifondo: 1000 metros y prueba de Velocidad en 100 metros. ➤ Circuito de Capacidades Físicas: Tiempo fijo aeróbico y anaeróbico ➤ Realización de la prueba de Atletismo: Velocidad en 150 metros y Relevos 4 x 100 metros ➤ Realización de la prueba de Atletismo de Fondo: 3000 metros. (11 vueltas) ➤ Deporte formativo: Aplicación de Fixture, técnica y táctica en: <ul style="list-style-type: none"> - Futbol - kickball 	<p>Semana del 2 al 6 de Abril</p> <p>Semana del 9 al 13 de Abril</p> <p>Semana del 16 al 20 de Abril</p> <p>Semana del 14 al 18 de Mayo.</p> <p>Semana del 9 de Abril al 8 de Junio.</p>
SER 10%	<p style="text-align: center;">✓ Auto evaluación 5%</p> <p style="text-align: center;">✓ Coevaluación 5%</p>	<p>Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio</p> <p>Semana del 28 de Mayo al 1 de Junio</p>