

COLEGIO COLUMBIA

CICLO LECTIVO 2017-2018

SECUNDARIA

BLOQUE I

“Conocimiento de mí mismo”

PRIMER GRADO

Planeación didáctica de Bloque, Semanal y de Evaluación de los Aprendizajes

Educación Física

Dirección Académica
Dirección de Secundaria
Planeación Didáctica del Bloque I
“Conocimiento de mí mismo”
PRIMER GRADO
Asignatura: Educación Física
(Formato PDDBE-01/02)

Bloque: I **Semana** **1** a **7** **Profesor: Ricardo Méndez Gómez** **Grupo: 1°B**

Aprendizajes esperados/ Contenidos	Competencia	Evaluación	Fechas	
			De	A
Describe características físicas, corporales y afectivas para reconocer sus límites y posibilidades dentro de la diversidad.				
Reconocimiento de mi cuerpo. Diferenciación de las particularidades físicas, emocionales, de relación y de las posibilidades motrices respecto a los demás. ¿Qué cambios presenta nuestro cuerpo? ¿Qué podemos hacer con él? ¿Cómo nos movemos? Identificar mis características, ¿cómo me ayudan a comunicarme?	Integración de la corporeidad.	Aplicar rubrica bimestral al inicio del bloque y al final. Examen teorico.	21-08-17	1-09-17
Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo y mantener su condición física.				
Utilización de formas de expresión (oral, escrita y corporal) en actividades lúdicas que pongan de manifiesto su potencial expresivo. ¿Cómo podemos comunicarnos? ¿Cómo puedes transmitir un mensaje con tu cuerpo? ¿En qué situaciones pones en práctica las formas de expresión?	Integración de la corporeidad.		04-09-17	15-09-17
Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas.				
Comunicación y relación con otros. Valoración de la comunicación y la relación con mis compañeros y los que me rodean. ¿Cómo me relaciono con otros? ¿Cómo es mi grupo de amigos?	Integración de la corporeidad.		18-09-17	06-10-17

Eje Pedagógico **Ámbito de intervención**

El significado del cuerpo. Competencia motriz.

Aprobación

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa **Vo. Bo.** **Fecha** **29-06-17**

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque I “Conocimiento de mí mismo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque I	Semana	Del		al		Profesor: Ricardo Méndez Gómez	Grupo: 1°B
-----------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------

<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe características físicas, corporales y afectivas para reconocer sus límites y posibilidades dentro de la diversidad. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe características físicas, corporales y afectivas para reconocer sus límites y posibilidades dentro de la diversidad. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe características físicas, corporales y afectivas para reconocer sus límites y posibilidades dentro de la diversidad. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe características físicas, corporales y afectivas para reconocer sus límites y posibilidades dentro de la diversidad. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>
--	--	--	--

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
--------------------	-----------------	--------------------	-----------------	--------------------	-----------------	--------------------	-----------------

<p>-Aplicar rubrica.</p> <p>- Realizar un calentamiento previo a la aplicación de la rubrica</p> <p>-El toque de bandera: El grupo se divide en dos equipos de igual número de integrantes, la cancha se divide en dos partes, cada una corresponde al área de defensa de cada equipo, cada equipo tiene una bandera que se coloca en una alguna parte de su área de defensa. El objetivo es tocar la bandera sin ser congelado.</p> <p>-Hidratación.</p>	<p>-Paliacates.</p>	<p>Se dará inicio con las pruebas diagnósticas en el ámbito físico. La actividad a realizar dará inicio con la calistenia, en tren superior e inferior. En esta primera sesión realizarán la prueba de flexibilidad y la prueba de velocidad.</p> <p>Continuando con las pruebas diagnósticas, aplicaremos las que van referentes a la fuerza y la resistencia. Para trabajar la fuerza, deberán hacer por parejas el trabajo, el cual consistirá en abdominales, sentadillas, lagartijas y empujes. En el caso de la resistencia, lo efectuarán por medio de un juego con globos, en el cual se trabaja 1 minuto, y se recupera con 1 minuto. Esto realizado en 3 repeticiones. (3 minutos totales de trabajo).</p> <p>Deberán inflar dos globos, anudárselos a los tenis, cada alumno cuidará sus globos, teniendo la consigna de pisar los de sus compañeros.</p>	<p>-Patio escolar</p> <p>-Cajón de madera o escalón</p> <p>-Reglas de 30cm.</p> <p>-Hojas de datos</p> <p>-Bolígrafos</p> <p>Colchonetas</p> <p>-Gises</p> <p>-Globos</p>	<p>“Cruce peligroso”.</p> <p>Espacio de juego y Distribución: Se marcan en el piso dos líneas paralelas de 10 metros de distancia, con una separación de 8 a 9 metros entre ellas. Se forman dos equipos con los alumnos: uno de ellos se ubica en uno de los extremos del patio y el otro distribuye a sus jugadores a cada lado de la línea, con una pelota cada uno de los integrantes. También se puede utilizar la cancha de voleibol o basquetbol si tuviera las marcas en el piso, para ahorrar tiempo.</p> <p>Preparación y Consignas: El juego consiste en cruzar por el pasillo sin ser tocado por las pelotas que lanzan quienes están ubicados a los costados. Al llegar al otro lado de la línea se contabilizan los que han cruzado sin ser tocados. Esta actividad puede trabajarse por tiempo, en ver qué equipo dura más hasta que se quede sin integrantes corriendo.</p> <p>Se invierten roles.</p>	<p>-Pelotas ligeras</p> <p>-Gises</p> <p>-Lista de verificación</p>	<p>“Retos” El grupo se dividirá por parejas, el espacio en el que se trabajará será una cancha de basquetbol o el patio escolar completo, se explicarán las actividades a realizar y daremos inicio. El juego consiste en realizar diferentes actividades, daremos inicio con el uso de las pelotas plásticas, las cuales usaremos para realizar la actividad de el “perseguidor”, una vez que están por parejas, uno tomará la pelota y deberá perseguir a su compañero por todo el espacio tratando de golpearlo, si así lo hiciera, su compañero deberá hacer lo mismo, esta actividad tendrá una duración de 1 minuto, se podrá repetir máximo 3 veces. La siguiente actividad será con paliacates, uno se coloca el paliacate entre metido en el pantalón o short, dejando la mayor parte por fuera colgando, su compañero deberá correr tras él para poder quitárselo durante 1 minuto, si así lo hiciera, se lo regresará y volverá a correr, en este reto gana el que se lo quite más veces durante su minuto de turno, lo puede realizar con 3 repeticiones. Pasamos al turno del balón de basquetbol, el cual deberán botar y procurar que no se lo quiten, al igual que el anterior será por tiempo de 1 minuto, y 3 repeticiones, el reto es el mismo, ver quien lo quita más veces durante el minuto. “El despeje”, en este se toma como material el tenis o los tenis de los alumnos, los cuales deberán desanudar y aflojar, el reto será en lanzar el tenis lo más lejos posible, simulando que golpearán un balón de futbol. Pueden tener tres intentos para ver quién logra el lanzamiento de mayor distancia.</p>	<p>-Pelotas plásticas</p> <p>-Paliacates</p> <p>-Balones de basquetbol</p> <p>-Tenis.</p>
---	---------------------	--	---	--	---	--	---

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa
--	--

	Fecha:
--	---------------

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque I “Conocimiento de mí mismo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque I	Semana	Del		al		Profesor: Ricardo Méndez Gómez	Grupo: 1°B
-----------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo y mantener su condición física. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo y mantener su condición física. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo y mantener su condición física. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo y mantener su condición física. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>Se divide al grupo en dos equipos. Distribuidos en el campo, se dividirán por parejas o tercias, posteriormente las parejas o tercias se amarrarán por las muñecas o tobillos. En los extremos de la cancha se colocan o marcan los arcos, defendidos por sus correspondientes porteros.</p> <p>El juego es una variante del futbol, del cual se conservan sus reglas, sin embargo, para su desarrollo, las parejas o tercias estarán unidas de las muñecas o tobillos, lo cual exigirá de ellos un esfuerzo y movimientos distintos.</p> <p>El juego consistirá en hacer goles en el arco contrario sin romper la formación, y mucho menos soltándose de muñecas o tobillos, tratando de coordinar al máximo sus movimientos y los de su o sus compañeros. Gana el equipo que más goles realice, en el tiempo establecido previamente por el profesor.</p>	<p>-Pelota de futbol</p> <p>-Porterías</p> <p>-Conos</p> <p>-Paliacates</p>	<p>“Perro y gato” Espacio de juego y distribución” Se ordena a los alumnos en una hilera, ya sea de frente o a un costado, dando espacio de manera tal que puedan tocarse la punta de los dedos. Al inicio estarán mirando al frente.</p> <p>Se puede dividir al grupo en dos o más equipos, cada equipo elegirá a un representante, el cual deberá correr tras el representante del otro equipo. Cada representante, en su rol de perseguidor, deberá hacer su labor en el menor tiempo posible, ganando un punto el equipo que alcance primero a su contrario. El profesor dirá con voz fuerte: “giro” y el grupo en su totalidad girará a un lado u otro, al gritar “frente”, volverán a la posición inicial. De esta manera se complicará la carrera, ningún corredor podrá pasar por debajo de los brazos de la muralla humana.</p>	<p>-Patio escolar</p>	<p>“ Defensa Circular” Se delimita un círculo y dentro se colocan dos cajas o cajones, 1 lata arriba. Se divide al grupo en 2 o más equipos, uno va en defensa y el otro al ataque. El defensa deberá estar dentro de otro círculo mayor al central, marcado con otro color o líneas de puntos. El equipo que defiende deberá estar dentro de otro círculo mayor al central marcado con otro color o líneas de punto. El otro equipo debe realizar pases y encontrar el espacio para tratar de acertar el blanco, derribando la lata que se ha colocado para este fin. Ningún equipo puede invadir el círculo que no le corresponde. Cada equipo estará un tiempo en cada rol. Ganará el equipo que tenga más objetos volteados en el tiempo establecido. Se puede hacer la variante de quitar las cajas y colocar a una persona en esa posición.</p>	<p>-Cajones de fruta</p> <p>-Caja de cartón</p> <p>-Latas</p> <p>-2 pelotas</p>	<p>“Los obstáculos” Los jugadores se dividen en dos equipos, cada uno de los cuales se divide en dos grupos, que se forman en hileras. Estas hileras se ubican detrás de las líneas trazadas a 10 metros de distancia. En el campo intermedio se distribuirán obstáculos. Para ahorrar tiempo se puede utilizar la cancha de voleibol o basquetbol. Cuando lo indique el profesor, el primer alumno de cada equipo que posea la pelota, la transportará haciéndola correr con los pies, sorteando los obstáculos hasta el número 2 de su equipo, quien repetirá la acción. Gana el equipo que haya completado la secuencia.</p>	<p>-Pelotas de futbol</p> <p>-Balones de basquetbol</p> <p>-Escobas</p> <p>-Pelotas plásticas</p> <p>-Gises</p> <p>-Conos</p>

Observaciones y comentarios a la planeación semanal

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa

Fecha:

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque I “Conocimiento de mí mismo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque I	Semana	Del		al		Profesor: Ricardo Méndez Gómez	Grupo: 1°B
----------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>“ Los modelos” En el aula o patio, se divide al grupo en 4 o 5 equipos, dependiendo del número de alumnos, cada grupo elegirá a 2 modelos Una vez distribuido el material a cada grupo, se dará un tiempo para que entre todos confeccionen ropa que portarán sus modelos. Finalizando el tiempo, se organizará un desfile, otorgando puntaje a distintos ítems, originalidad, presentación, etc. Con los mismos elementos se puede armar una pequeña obra de teatro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Revistas -Periódico -Papel higiénico -Tijeras -Cinta adhesiva Marcadores 	<p>“Saca mano” Se distribuirán 4 alumnos por colchoneta. Estos deberán estar de cubito ventral con las manos en la colchoneta y los brazos extendidos. A la orden del profesor los chicos girarán sobre la colchoneta tratando de sacar la mano de algún compañero, quien perderá el equilibrio. Al finalizar el tiempo estipulado, cambiarán de colchoneta quedando los primeros, los segundos y así con el resto. De esta forma quedará un campeón final. También se pueden dar variantes utilizando las piernas y trabajándolo por parejas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Colchonetas 	<p>“Pelota pateada” Se divide al grupo en dos equipos del mismo número de integrantes, se colocarán en hilera en un extremo del patio de clase o cancha. Se coloca el balón de futbol entre las dos hileras, los alumnos se numeran y pasará el primero de un equipo a patear el balón lo más lejos posible, mientras que el jugador del otro equipo correrá a recuperar el balón. El jugador que patea deberá correr el mayor número de vueltas alrededor de su equipo, su equipo deberá ayudar a que sume varias vueltas. Al momento que el jugador que fue por el balón lo coloca en la zona inicial dejará de sumar vueltas. El orden de paso será alternado y así sumarán los dos equipos. Gana el equipo que mayor número de vueltas realiza en dos rondas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Gises -Balón de futbol 	<p>-Multidisciplinario. -Clase teórica *Habilidades motrices básicas. *Iniciación deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Aula de clases. -Cañón. -Laptop. -Cuaderno y bolígrafo.

Observaciones y comentarios a la planeación semanal

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa

Fecha:

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque I “Conocimiento de mí mismo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque I	Semana	Del		al		Profesor: Ricardo Méndez Gómez	Grupo: 1°B
----------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
-Examen teórico	-Aula. -Bolígrafo. -Exámenes impresos.	-Aplicar rubrica. -Realizar un calentamiento previo a la aplicación de la rubrica -El toque de bandera: El grupo se divide en dos equipos de igual número de integrantes, la cancha se divide en dos partes, cada una corresponde al área de defensa de cada equipo, cada equipo tiene una bandera que se coloca en una alguna parte de su área de defensa. El objetivo es tocar la bandera sin ser congelado. -Hidratación.	-Paliacates.				

Observaciones y comentarios a la planeación semanal

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa

Fecha:

COLEGIO COLUMBIA

CICLO LECTIVO 2017-2018

SECUNDARIA

BLOQUE II

“Aprendamos a jugar en equipo”

PRIMER GRADO

Planeación didáctica de Bloque, Semanal y de Evaluación de los Aprendizajes

Educación Física

Dirección Académica
Dirección de Secundaria
Planeación Didáctica del Bloque II
“Aprendamos a jugar en equipo”
PRIMER GRADO
Asignatura: Educación Física
(Formato PDDBE-01/02)

Bloque: II	Semana	8	a	14	Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B		
Aprendizajes esperados/ Contenidos					Competencia	Evaluación	Fechas	
Explica los elementos estructurales del juego para proponer acciones que le permitan obtener un mejor desempeño durante los juegos.							De	A
Reconocimiento de mi cuerpo. Análisis de la naturaleza de las acciones motrices en juegos modificados y los elementos que los estructuran. (Reglas, roles e implementos). ¿Comprendemos lo que hacemos? ¿Qué modificaciones podemos realizar a las reglas o a la dinámica para que todos tengan contacto con el implemento? Identifico mi potencial motriz.					Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.	Aplicar rubrica bimestral al inicio del bloque y al final. Examen teórico.	9-10-17	20-10-17
Controla sus movimientos al realizar tareas en forma estática o dinámica en relación consigo mismo, con sus compañeros y con los objetos que manipula para favorecer su experiencia motriz.								
Realización de desempeños motrices en situaciones que involucren manipulación, tomando acuerdos con sus compañeros en juegos modificados. ¿Cómo superar y mejorar nuestros desempeños? ¿Cómo podemos colaborar para sentirnos a gusto dentro del juego?					Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.		23-09-17	03-11-17
Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común.								
Valoración de las aportaciones del grupo como alternativas que favorezcan la solución de problemas. ¿Cómo veo a mis compañeros y como me ven? ¿Qué ganamos al participar?					Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.		06-11-17	01-12-17
Eje Pedagógico						Ámbito de intervención		
El desempeño y la motricidad inteligentes.						Competencia motriz.		
Aprobación								
Directora: Alejandra Castellanos Espinosa					Vo. Bo.		Fecha	29-06-17

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque II “Aprendamos a jugar en equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque II	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
------------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Explica los elementos estructurales del juego para proponer acciones que le permitan obtener un mejor desempeño durante los juegos. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>	<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Explica los elementos estructurales del juego para proponer acciones que le permitan obtener un mejor desempeño durante los juegos. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>	<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Explica los elementos estructurales del juego para proponer acciones que le permitan obtener un mejor desempeño durante los juegos. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>	<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Explica los elementos estructurales del juego para proponer acciones que le permitan obtener un mejor desempeño durante los juegos. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>-Aplicar rubrica.</p> <p>- Realizar un calentamiento previo a la aplicación de la rubrica</p> <p>- El burrito: Los equipos se forman en columnas, separado cada integrante del otro, unos dos metros de distancia, con el tronco inclinado al frente y las manos en las rodillas. A la orden de iniciación, el último salta a horcajadas, sobre cada uno de los compañeros, y al saltar al compañero que se encuentra en el inicio, se sentará a 2 metros de distancia, así sucesivamente se van saltando los demás compañeros. Cuando todos han pasado, y estén sentados ordenadamente ganará el equipo que termine primero sin cometer errores.</p> <p>-Hidratación.</p>	-Patio escolar.	<p>“Tiro al cesto” Se colocarán en cada ángulo del arco, aros colgados. También se puede colocar otro elemento para simular un cajón, para facilitar la tarea a aquellos que les cueste trabajo el lanzamiento. Se colocarán a 7 metros aproximadamente dos hileras de alumnos divididos en dos equipos. Las hileras competirán en suma de emboque en los elementos, que tendrán diferente valor. Cada uno de ellos, valdrá un punto, ganará el que más puntos acumule. Los lanzamientos se harán de uno por vez, para poder controlar el marcador. Se colocan sobre una línea varios conos o botellas, los niños, con una pelota cada uno, ubicados a 5 metros de dicha línea, tendrán que tratar de voltear dichos objetos. Los lanzamientos serán de uno a la vez. Ganará el que más objetos haya derribado. En caso de ser varios alumnos es conveniente hacer varias hileras, y que los objetos al ser golpeados no se caigan (que estén pesados o fijos). Se pueden hacer varias formas de lanzamientos.</p>	-Aros -Pelotas -Portería -Cajón de fruta o similar	<p>El aro – pelota” Se divide al grupo en equipos de 3 o más jugadores. Cada equipo tendrá 3 pelotas. Se colocan 3 aros a partir de la línea de salida a distintas distancias 4 m, 7 m y hasta 10 m, se colocarán en hileras delante de la línea de partida. A la señal, el primer jugador va botando la pelota y la colocará en el primer aro. Después toma la 2ª pelota y botándola la colocará en el 2º aro. De igual manera lo hará con la 3ª pelota. Luego volverá a la hilera, saldrá el 2º jugador que hará lo contrario, 1º traerá botando la 3ª pelota luego la 2ª y luego la 1ª pelota. Gana el equipo que primero termine, habiendo participado todos los jugadores.</p>	-3 o más pelotas por equipo. -Aros	<p>“Goles entre los conos” Variante de los juegos de hándbol, fútbol y voleibol. Se divide al grupo en 2 equipos de la misma cantidad de participantes. Se divide el espacio de juego en una cancha de voleibol colocando la red baja, dejando un espacio de 50 cm aproximadamente del piso. Cada equipo tendrá 2 o más pelotas. Una vez que los equipos están en su cancha, se elegirán a 2 porteros que cubrirán la distancia entre los conos en la parte final de la cancha de voleibol, la cuál será su portería. Cada equipo tendrá 2 o más pelotas las cuales deberán estar en constante movimiento siendo lanzadas por debajo de la red. Los integrantes que no son porteros deberán tapar con todas las partes corporales el paso de las pelotas, para así ayudar a sus porteros. Se jugará por cuartos de 4 minutos cada uno haciendo cambio de cancha cada vez que termine uno. Se llevará control de los goles anotados y al final ganará el equipo que más anotaciones haya logrado.</p>	-Cancha de voleibol -Red de voleibol -Conos -6 o más pelotas

Observaciones y comentarios a la planeación semanal

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa

Fecha:

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque II “Aprendamos a jugar en equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque II	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
------------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física		Educación Física		Educación Física		Educación Física	
<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Controla sus movimientos al realizar tareas en forma estática o dinámica en relación consigo mismo, con sus compañeros y con los objetos que manipula para favorecer su experiencia motriz. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>		<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Controla sus movimientos al realizar tareas en forma estática o dinámica en relación consigo mismo, con sus compañeros y con los objetos que manipula para favorecer su experiencia motriz. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>		<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Controla sus movimientos al realizar tareas en forma estática o dinámica en relación consigo mismo, con sus compañeros y con los objetos que manipula para favorecer su experiencia motriz. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>		<p>Ejes: El desempeño y la motricidad inteligentes. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Controla sus movimientos al realizar tareas en forma estática o dinámica en relación consigo mismo, con sus compañeros y con los objetos que manipula para favorecer su experiencia motriz. Competencia: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.</p>	
Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>“kick bol con tiro a la canasta” Variante de los juegos de kick-bol y basquetbol. Se divide al grupo en 2 equipos del mismo número de integrantes. Se utilizará una cancha de basquetbol. Se colocan las 3 bases. Y el balón de basquetbol frente al tablero. Una vez que se divide a los alumnos, se decide quién inicia pateando y quién cachando. La variante real es que para poder hacer out, deberán hacer el enceste antes que el jugador que pateo, termine de recorrer las 3 bases, si encestan antes de que llegue al home, será un out, también vale cachar la pelota de aire. Por lo que se puede apreciar es un juego modificado del original kick bol, por lo que sus reglas originales se mantienen en gran parte del juego.</p>	<p>-Balón de futbol -Balón de basquetbol -Conos -Tableros de basquetbol</p>	<p>“El bombardeo” Se marcará en el medio de la cancha una zona de 5 metros de ancho en la que habrá un equipo. El otro dispondrá a sus jugadores en los dos espacios restantes. El objetivo es tratar de eliminar al equipo del centro, por medio de lanzamientos de la cintura para abajo. Aquel que elimine al otro en el menor tiempo posible ganará. Se dividirá al grupo en dos partes iguales. Cada uno se ubicará en una media cancha. Se coloca en cada mitad de la zona de cada equipo un cajón, el cual sirve de parapeto para que se puedan proteger de los lanzamientos del equipo contrario. Se armarán 3 equipos, rotando la zona central, ganando quien dura más tiempo o en un tiempo determinado tenga menos tocados. Los jugadores tocados siguen jugando, pero los lanzadores no pueden tirarle 3 veces seguidas al mismo integrante. Cualquiera que sea la variante se debe tratar de que los tocados no abandonen el juego.</p>	<p>-3 pelotas</p>	<p>“Los equilibristas” Se divide al grupo en dos equipos “A” y el “B”. Los miembros de cada equipo se numerarán. Deberá haber un dúo de cada número, con un integrante del equipo “A” y otro del “B”. Cada jugador se enfrentará a su igual del equipo contrario. Tienen que colocarse uno frente al otro en cuclillas y cuando se dé la señal, cada jugador tiene que intentar derribar al rival sólo con la fuerza de las palmas de las manos. Aunque sólo toque el suelo con la punta de un dedo. Al terminar el tiempo de juego, se cuentan los vencedores de cada equipo. Gana el equipo que más rivales haya derribado. Agarrar o tocar con otra parte se penaliza con la derrota. Se podrán mover mediante saltos, para equilibrar pero no deberán abandonar la posición de cuclillas.</p>	<p>-Patio escolar.</p>	<p>“ Los forzudos ” Se divide al grupo en equipos de 10 jugadores. Se le entrega a cada equipo 4 llantas (atadas entre si), sobre cada una de las cuales se sentará 1 alumno. Los otros 6 estarán fuera de las llantas al extremo de la soga. Dada la señal del profesor, los alumnos de cada equipo que estén fuera de las llantas arrastraran a los 4 restantes desde la línea de salida hasta la llegada. Gana el primer equipo que pase la línea con la última llanta. En lugar de atar las llantas antes, los alumnos tratarán de atarlas como parte de la actividad.</p>	<p>-Por cada equipo 4 llantas. -3 sogas largas resistentes. -Trozos de soga para atar las llantas entre si.</p>

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa
	Fecha:

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque II “Aprendamos a jugar en equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque II	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>Pase de lista Calentamiento Fundamento bote (de control, de velocidad, de protección) Fundamento pase (picado, por encima de la cabeza, por la espalda, mano a mano) Fundamento tiro (en suspensión, tiro libre, bandeja o entrada)</p>	<p>-Cancha de basquetbol -Balones de basquetbol -Conos</p>	<p>Pase de lista Calentamiento Sistema defensivo y ofensivo Preparación de torneo interno Partido de basquetbol</p>	<p>-Cancha de basquetbol -Balones de basquetbol -Conos</p>	<p>Pase de lista Calentamiento Torneo interno</p>	<p>-Cancha de basquetbol -Balones de basquetbol -Cedulas -Conos</p>	<p>-Multidisciplinario. -Clase teórica *Conceptos básicos del basquetbol.</p>	<p>-Aula de clases. -Cañón. -Laptop. -Cuaderno y bolígrafo.</p>

<p>Observaciones y comentarios a la planeación semanal</p>	<p>Directora: Alejandra Castellanos Espinosa</p>
	<p>Fecha:</p>

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque II "Aprendamos a jugar en equipo"
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque II	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>-Examen teórico -Multidisciplinario</p>	<p>-Aula. -Bolígrafo. -Exámenes impresos.</p>	<p>-Aplicar rubrica. - Realizar un calentamiento previo a la aplicación de la rubrica - El burrito: Los equipos se forman en columnas, separado cada integrante del otro, unos dos metros de distancia, con el tronco inclinado al frente y las manos en las rodillas. A la orden de iniciación, el último salta a horcajadas, sobre cada uno de los compañeros, y al saltar al compañero que se encuentra en el inicio, se sentará a 2 metros de distancia, así sucesivamente se van saltando los demás compañeros. Cuando todos han pasado, y estén sentados ordenadamente ganará el equipo que termine primero sin cometer errores. -Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar.</p>				

<p>Observaciones y comentarios a la planeación semanal</p>	<p>Directora: Alejandra Castellanos Espinosa</p>
	<p>Fecha:</p>

COLEGIO COLUMBIA

CICLO LECTIVO 2017-2018

SECUNDARIA

BLOQUE III

“Todos contra todos y en el mismo equipo”

PRIMER GRADO

Planeación didáctica de Bloque, Semanal y de Evaluación de los Aprendizajes

Educación Física

Dirección Académica
Dirección de Secundaria
Planeación Didáctica del Bloque III
“Todos contra todos y en el mismo equipo”
PRIMER GRADO
Asignatura: Educación Física
(Formato PDDBE-01/02)

Bloque: III	Semana	15	a	21	Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
--------------------	---------------	-----------	----------	-----------	---------------------------------------	-------------------

Aprendizajes esperados/ Contenidos	Competencia	Evaluación	Fechas	
			De	A
Identifica diferentes estrategias en el juego que le permiten conseguir las metas establecidas.				
Reconocimiento de acciones motrices y estrategias que se utilizan en las actividades. ¿Qué es una estrategia? Diferenciación del tipo de actuaciones que requiere cada estrategia. ¿En qué situaciones utilizamos una estrategia?	Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.	Aplicar rubrica bimestral al inicio del bloque y al final. Examen teórico.	04-12-17	15-12-17
Utiliza desempeños motrices individuales y de conjunto para favorecer la colaboración y la implementación de estrategias en el juego.				
Ajustes y control de la motricidad. Exploración de las posibilidades motrices a partir de la cooperación en diferentes estrategias didácticas en las cuales relacione su actuación y la de sus compañeros. ¿Cómo contribuyo en la solución de problemas?	Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.		18-12-17	12-01-18
Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones.				
La cooperación en deportes alternativos. Valoración de la cooperación como dispositivo de cambio y elemento indispensable para el desarrollo de estrategias. ¿Qué actitudes benefician el trabajo colaborativo? ¿Qué aspectos favorecen la cooperación?	Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.		15-01-18	02-02-18

Eje Pedagógico	Ámbito de intervención
El desempeño y la motricidad inteligentes.	Competencia motriz.

Aprobación

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa	Vo. Bo.		Fecha	29-06-17
---	---------	--	-------	----------

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque III “Todos contra todos y en el mismo equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque III	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-------------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física		Educación Física		Educación Física		Educación Física	
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica diferentes estrategias en el juego que le permiten conseguir las metas establecidas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica diferentes estrategias en el juego que le permiten conseguir las metas establecidas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica diferentes estrategias en el juego que le permiten conseguir las metas establecidas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica diferentes estrategias en el juego que le permiten conseguir las metas establecidas. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	
Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>-Aplicar rubrica.</p> <p>- El pasó del rio: Los participantes tienen que desplazarse pisando sobre las hojas; el de atrás le va entregando los papeles al de adelante para que puedan continuar la marcha. Cada cierto tiempo cambiar la posición en la fila. Si alguien pisa fuera del papel, debe levantar la mano para que un compañero de otra pareja le cambie la hoja y pueda continuar.</p> <p>-Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar.</p> <p>-Hojas de papel.</p>	<p>“Busca a…….”</p> <p>Patio escolar, los alumnos se organizarán en equipos de 6 personas.</p> <p>Se da a los participantes un plano del lugar donde se va a realizar el juego; en este caso será el plano de la escuela. Después, en una hoja de acetatos o papel calca, se les entregan los puntos donde están colocadas las pistas. Esta hoja tendrán que superponerla al plano de la escuela para saber dónde está la pista.</p> <p>Cuando encuentren la pista, ellos intentarán descifrar el mensaje. Cada pista se pone en una hoja correspondiente al tema trabajado.</p> <p>Descifrando todos los mensajes y ordenándolos, encontrarán el lugar donde está el premio. Las pistas dependerán del lugar donde se celebre el juego y de donde esté escondido el premio</p>	<p>-Plano de la escuela o del lugar donde se realice el juego.</p> <p>-Hoja de papel calca con los puntos donde están las pruebas, y que pueda superponerse a la hoja del plano.</p> <p>-Determinar los lugares donde estarán los premios.</p> <p>-Preparación de las 15 pistas y colocación en los lugares escogidos.</p>	<p>“El reto”</p> <p>Todas las pruebas deberán realizarse delante de los jueces, no hay orden de pruebas. El equipo ganador será el que realice más pruebas durante el tiempo establecido, y que sean realizadas de manera eficaz.</p> <p>Pruebas:</p> <p>*Dar 5 vueltas al patio, unidos por una cuerda</p> <p>*Representar el cuento de Pedro y el lobo.</p> <p>Cambiarse todos los suéteres o sudaderas.</p> <p>*Meter 15 canastas.</p> <p>*Meter 7 goles a la portería vacía, desde media cancha.</p> <p>*Inflar 5 globos con agua.</p> <p>*Hacer 15 lagartijas</p> <p>*Realizar 30 saltos con la cuerda</p> <p>*Hacer 20 dominadas con el balón de fútbol</p> <p>*Nombrar 15 personajes de dibujos animados en el menor tiempo posible</p> <p>*Cantar una canción todo el equipo.</p> <p>*Decir 3 refranes</p> <p>*Realizar 20 sentadillas</p>	<p>-Balones de basquetbol</p> <p>-Balones de futbol</p> <p>-Globos</p> <p>-Cuerda para saltar</p> <p>-Juegos de tablitas o palitos de madera para construir.</p> <p>-Cuerdas largas.</p>	<p>“Carrera de gusanos”</p> <p>Se formaran 4 equipos del mismo número de integrantes y se colocarán sentados en hilera.</p> <p>Se formarán cuatro equipos del mismo número de integrantes, en el espacio asignado, se sentarán en hilera lo más juntos que puedan tomando los tobillos del compañero de atrás.</p> <p>Se marcará la línea de salida y de llegada. El objetivo es que sin soltarse recorran la distancia entre la salida y la llegada como gusanos. Deberán plantear estrategias durante el recorrido para poder hacerlo de la mejor manera.</p> <p>En caso de soltarse se les penalizará regresándose a un punto anterior, el cual estará cada 2 metros.</p> <p>Ganará el equipo que logre cruzar completo la línea final.</p> <p>Dependiendo de la superficie con la que se cuente en la escuela, se puede hacer más largo el gusano, también puede haber un implemento que deba transportar el gusano.</p>	<p>-Patio escolar.</p>

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa
	Fecha:

COLEGIO COLUMBIA
 Dirección Académica.
 Dirección de Secundaria.
Bloque III “Todos contra todos y en el mismo equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
 (Formato PSG-01)

Bloque III	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
------------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física		Educación Física		Educación Física		Educación Física	
Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Utiliza desempeños motrices individuales y de conjunto para favorecer la colaboración y la implementación de estrategias en el juego. Competencia: Integración de la corporeidad.		Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Utiliza desempeños motrices individuales y de conjunto para favorecer la colaboración y la implementación de estrategias en el juego. Competencia: Integración de la corporeidad.		Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Utiliza desempeños motrices individuales y de conjunto para favorecer la colaboración y la implementación de estrategias en el juego. Competencia: Integración de la corporeidad.		Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Utiliza desempeños motrices individuales y de conjunto para favorecer la colaboración y la implementación de estrategias en el juego. Competencia: Integración de la corporeidad.	
Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>“Carreras de cien pies” Se formarán equipos de tres o cuatro personas. Se formarán equipos de tres o cuatro integrantes, se les darán dos tablas y dos cuerdas, deberán elaborar unos esquís, los cuales deberán usar para apoyar los pies y de la cuerda deberán sujetarla. Se marcará la salida, y a la señal deberán recorrer hacia la meta, como si fueran ciempiés, deberán colaborar en equipo para lograr que sean los primeros en pasar la línea final. En caso de que la cuerda se desanude, deberán acomodarla y seguir con el recorrido. También se puede poner por relevos la actividad y en un circuito establecido. Dependiendo del número de integrantes del grupo y del número de tablas, se podrán formar equipos de mayor número de integrantes y realizar la carrera en relevos.</p>	<p>-Tablas con cuerda. (las tablas medirán de uno a dos metros de largo) -Cuerda</p>	<p>“Pelota veloz” Se distribuye el grupo por el patio. Se eligen dos jugadores Los dos jugadores persiguen el resto del grupo con la pelota, con la que tratan de alcanzarlos (pueden lanzar). El que es tocado pasa a ser perseguidor. Gana el jugador que menos veces fue tocado. Se debe aclarar que la pelota debe tocar de la cintura para abajo. Se pueden agregar más pelotas y zonas de refugio donde se estipulará un tiempo máximo de ocupación.</p>	<p>- Dos pelotas</p>	<p>“Jalar la cuerda” Se distribuirá a los alumnos en el patio escolar en grupos de cuatro integrantes. Los alumnos se organizarán en grupos de cuatro integrantes. Se colocarán los equipos en los extremos de la cuerda y deberán jalar lo más fuerte que puedan para que el paliacate que está amarrado a la mitad de la cuerda rebase las marcas establecidas. Los alumnos deberán crear sus estrategias para poder vencer al equipo contrario. Se puede hacer un torneo y los equipos se eliminarán cada vez que pierdan. (Para que no se queden fuera los equipos, si se cuenta con otra cuerda podrán hacer un torneo alterno y seguirán en participación). Es recomendable tener dos cuerdas para que todos puedan tener participación constante. También se pueden hacer torneos de uno contra uno, dos contra dos y así ir aumentando el número de participantes, hasta que sólo se formen dos equipos.</p>	<p>-Dos cuerdas de algodón para jalar. -Paliacate -Gises</p>	<p>-Multidisciplinario. -Clase teórica *Conceptos básicos del basquetbol.</p>	<p>-Aula de clases. -Cañón. -Laptop. -Cuaderno y bolígrafo.</p>

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa
	Fecha:

COLEGIO COLUMBIA
 Dirección Académica.
 Dirección de Secundaria.
Bloque III “Todos contra todos y en el mismo equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
 (Formato PSG-01)

Bloque III

Semana

Del

al

Profesor: **RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ**

Grupo: 1°B

Educación Física

Educación Física

Educación Física

Educación Física

Ejes: El significado del cuerpo.
Ámbito: Competencia motriz.
Aprendizajes Esperados: Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones.
Competencia: Integración de la corporeidad.

Ejes: El significado del cuerpo.
Ámbito: Competencia motriz.
Aprendizajes Esperados: Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones.
Competencia: Integración de la corporeidad.

Ejes: El significado del cuerpo.
Ámbito: Competencia motriz.
Aprendizajes Esperados: Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones.
Competencia: Integración de la corporeidad.

Ejes: El significado del cuerpo.
Ámbito: Competencia motriz.
Aprendizajes Esperados: Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones.
Competencia: Integración de la corporeidad.

Actividades

Recursos

Actividades

Recursos

Actividades

Recursos

Actividades

Recursos

Pase de lista
 Calentamiento
 Fundamento voleo y golpe bajo

-Cancha de voleibol
 -Balones de voleibol
 -Conos

Pase de lista
 Calentamiento
 Fundamento voleo
 Fundamento golpe bajo
 Fundamento saque

-Cancha de voleibol
 -Balones de voleibol
 -Conos

Pase de lista
 Calentamiento
 Sistema defensivo y ofensivo
 Preparación de torneo interno
 Partido de voleibol

-Cancha de voleibol
 -Balones de voleibol
 -Conos

-Multidisciplinario.
 -Clase teórica
 *Conceptos básicos del voleibol.

-Aula de clases.
 -Cañón.
 -Laptop.
 -Cuaderno y bolígrafo.

Observaciones y comentarios a la planeación semanal

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa

Fecha:

COLEGIO COLUMBIA
 Dirección Académica.
 Dirección de Secundaria.
Bloque III “Todos contra todos y en el mismo equipo”
Planeación Didáctica Semanal Global
 (Formato PSG-01)

Bloque III	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
------------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones. Competencia: Integración de la corporeidad.	Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones. Competencia: Integración de la corporeidad.	Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:	Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
-Examen teórico -Multidisciplinario.	-Aula. -Bolígrafo. -Exámenes impresos	-Aplicar rubrica. - El pasó del rio: Los participantes tienen que desplazarse pisando sobre las hojas; el de atrás le va entregando los papeles al de delante para que puedan continuar la marcha. Cada cierto tiempo cambiar la posición en la fila. Si alguien pisa fuera del papel, debe levantar la mano para que un compañero de otra pareja le cambie la hoja y pueda continuar. -Hidratación.	-Patio escolar. -Hojas de papel.				

Observaciones y comentarios a la planeación semanal <div style="border: 1px solid black; height: 40px;"></div>	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa Fecha:
--	---

COLEGIO COLUMBIA

CICLO LECTIVO 2017-2018

SECUNDARIA

BLOQUE IV

“El deporte educativo: cómo formular estrategias”

PRIMER GRADO

Planeación didáctica de Bloque, Semanal y de Evaluación de los Aprendizajes

Educación Física

Dirección Académica
Dirección de Secundaria
Planeación Didáctica del Bloque IV
“El deporte educativo: cómo formular estrategias”
PRIMER GRADO
Asignatura: Educación Física
(Formato PDBE-01/02)

Bloque: IV	Semana	22	a	28	Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1ºB
-------------------	---------------	-----------	----------	-----------	---------------------------------------	-------------------

Aprendizajes esperados/ Contenidos	Competencia	Evaluación	Fechas	
			De	A
Identifica los roles que desempeñan en la dinámica de grupos para disfrutar e interactuar en los juegos.				
La estrategia. Comparación de diversas estrategias en los juegos modificados compartiéndolas con sus compañeros para su análisis. ¿Qué elementos debo considerar para formular estrategias? ¿Qué roles desempeñamos durante el juego?	Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.	Aplicar rubrica bimestral al inicio del bloque y al final. Examen teórico.	05-02-18	16-02-18
Pone a prueba acciones que le permiten resolver los problemas del juego a partir de su experiencia para formular estrategias.				
La iniciación deportiva y los juegos de invasión. Ejecución de actividades propias de la iniciación deportiva como los juegos modificados. ¿Qué juegos modificados conozco? ¿En qué consiste un juego de invasión de cancha? Inventando mis juegos.	Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.		19-02-18	02-03-18
Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio.				
Organización de eventos recreativos y deportivos a partir del establecimiento de normas de convivencia en las que se enfatice el respeto a sí mismo y a los compañeros. ¿Qué normas favorecen la convivencia del grupo? La importancia de establecer pautas de actuación en el juego.	Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.		05-03-18	23-03-18

Eje Pedagógico	Ámbito de intervención
-----------------------	-------------------------------

La acción motriz con creatividad.	Iniciación deportiva y deporte escolar
-----------------------------------	--

Aprobación

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa	Vo. Bo.		Fecha	29-06-17
--	----------------	--	--------------	-----------------

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque IV “El deporte educativo: cómo formular estrategias”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque IV	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1ºB
------------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física		Educación Física		Educación Física		Educación Física	
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica los roles que desempeñan en la dinámica de grupos para disfrutar e interactuar en los juegos. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica los roles que desempeñan en la dinámica de grupos para disfrutar e interactuar en los juegos. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica los roles que desempeñan en la dinámica de grupos para disfrutar e interactuar en los juegos. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Identifica los roles que desempeñan en la dinámica de grupos para disfrutar e interactuar en los juegos. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	
Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>-Aplicar rubrica.</p> <p>- Busco a mi Pareja: Se trata de buscar a la pareja con los ojos vendados, emitiendo algunos sonidos previamente acordados con ella. El grupo se divide en parejas quienes se ponen de acuerdo cuál será su sonido común (ladrido, maullido, ruido de coche, de tren, etc). Después de unos momentos todo el mundo pone su paliacate, se dispersa por el espacio y empieza a buscar a su pareja, emitiendo el sonido acordado. Cuando las parejas se encuentran se destapan los ojos y se van hacia una pared, mientras terminan las últimas parejas. Se puede jugar varias veces, cambiando cada vez de pareja.</p> <p>-Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar.</p>	<p>“Futbol ciego” Se divide al grupo en dos equipos del mismo número de integrantes, los cuales a su vez, se colocarán por parejas. Cada equipo tendrá su portería que defenderá. Se puede ocupar la cancha de basquetbol, voleibol o de fútbol si se tuviera. Se organizará al grupo por parejas, las cuales deberán ponerse de acuerdo para saber quién se tapa los ojos primero con el paliacate, se forman dos equipos del mismo número de parejas. Cada equipo designará a sus porteros, los cuales también tendrán a uno con los ojos vendados, se deberán tomar de la mano para así dar inicio al juego. El jugador que no tiene vendados los ojos guiará a su compañero para poder correr y golpear la pelota, recordando que no deberán soltarse las manos. Se podrá jugar por cuartos y en cada uno se cambiarán el paliacate para que así los dos tengan la sensación de jugar sin ver a sus compañeros. El profesor deberá marcar bien las reglas para que se eviten accidentes y se pueda llevar por buen camino la actividad. Si se tuvieran suficientes paliacates se podrá sujetar a la pareja por las manos para que experimenten más sensaciones nuevas en el juego.</p>	<p>-Paliacates -Balón o pelota de fútbol -Conos -Porterías</p>	<p>“Tocho-disco” Se organizará al grupo en dos o cuatro equipos del mismo número de integrantes, dependiendo del espacio con el que se cuente. Se puede realizar en la cancha de basquetbol, o patio escolar completo. Se organizará al grupo en dos equipos del mismo número de integrantes. El juego consiste en llegar con el disco a la zona de anotación del equipo contrario, debiendo hacerlo con pases del disco volador, si el disco cae al piso el otro equipo podrá tomarlo y cambiarlo de posesión y empezar su ataque hacia el otro lado. También se podrá interceptar el disco en el aire. Lo que no se puede hacer el jalarlo una vez que se tenga en las manos y también no se puede correr con el disco, siempre deberá haber pases. Cada anotación vale un punto y ganará el que sume más. Se puede desarrollar esta actividad por cuartos o tiempos de 5 minutos de duración. Si se tuvieran varias canchas se podrá organizar al grupo en cuatro equipos para que el juego sea constante, y al finalizar el tiempo marcado por el profesor se podrá hacer cambio de equipos a enfrentarse.</p>	<p>-Discos para lanzar frisbee -Paliacates (opcional) -Conos</p>	<p>“Beisbol escoba” En una cancha de voleibol, basquetbol o patio escolar. Se formaran 2 equipos del mismo número de integrantes y se explicará la variante del juego de beisbol. Para esta actividad se organiza al grupo en dos equipos, de preferencia mixtos, para poder alternar el bateo uno y uno (mujer y hombre). Las reglas son muy básicas, pues son muy similares al juego de beisbol. Se sorteará el turno al bateo. El otro equipo deberá pasar a ocupar las bases establecidas por conos y deberá rolarse el turno al lanzamiento. La escoba que se use puede ser de cerdas largas o cortas, al momento de golpear la pelota deberá recorrer una por una las bases, así podrán pasar más integrantes a batear. Las maneras de hacer out son. Tomando la pelota de aire, tocando con la pelota el cono antes que llegue el jugador o realizando tres intentos fallidos de bateo. Ganará el equipo que haga más carreras en los dos turnos de bateo. No se puede lanzar la pelota al cuerpo del jugador para hacer outs. Y el lanzamiento para el bateo será de abajo hacia arriba.</p>	<p>-Escoba -Pelota de hule -Conos</p>

Observaciones y comentarios a la planeación semanal

Directora: Alejandra Castellanos Espinosa

Fecha:

COLEGIO COLUMBIA
 Dirección Académica.
 Dirección de Secundaria.
Bloque IV “El deporte educativo: cómo formular estrategias”
Planeación Didáctica Semanal Global
 (Formato PSG-01)

Bloque IV	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1ºB
------------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Pone a prueba acciones que le permiten resolver los problemas del juego a partir de su experiencia para formular estrategias. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Pone a prueba acciones que le permiten resolver los problemas del juego a partir de su experiencia para formular estrategias. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Pone a prueba acciones que le permiten resolver los problemas del juego a partir de su experiencia para formular estrategias. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Pone a prueba acciones que le permiten resolver los problemas del juego a partir de su experiencia para formular estrategias. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>“Kick ball con pelota grande” Cancha de voleibol, basquetbol o patio escolar. Se organizarán dos equipos del mismo número de integrantes. Para esta actividad se organiza al grupo en dos equipos, de preferencia mixtos, para poder alternar el pateo, uno y uno (mujer y hombre). Las reglas son muy básicas, pues son muy similares al juego que se realizó anteriormente (beisbol-escoba). Se sorteará el turno de pateo y de cachar, así que una vez establecido, los equipos tomarán su lugar en el espacio de juego, ocupando los conos el equipo que cachará y debiendo rolarse el turno a lanzar la pelota, la cual deberá ser rodando y no botando. Las maneras de hacer out son tomando la pelota de aire, tocando con la pelota el cono antes que llegue el jugador, realizando tres intentos fallidos de bateo o golpeando al jugador en el cuerpo antes de que llegue a su base. Ganará el equipo que haga más carreras en los dos turnos de pateo.</p>	<p>-Pelota del número 6 -Conos</p>	<p>“Fut-volei” Se distribuye el grupo en equipos de 4 o 5 personas (dependiendo del número de alumnos). Se ocupará una cancha de voleibol o se marcarán con gis, se colocará la red a una altura media o en su defecto se colocará listón o resorte para dividir los espacios. Se organizará al grupo en equipos de 4 o 5 integrantes, y se distribuirán en los espacios designados por el profesor y se jugará la variante de voleibol, pero utilizando las piernas, pecho y cabeza para golpear el balón o pelota. Se podrá adecuar a que la pelota dé un bote antes de poder pasarla con tres golpes a la cancha contraria. Si la pelota da más de un bote será punto malo para el equipo que no logró pasarla. El saque se realizará colocando el balón en el piso y debiendo patearlo para que supere la red y caiga dentro de la cancha contraria. Se puede realizar el juego a puntos establecidos o por tiempo, haciendo rol de cancha cada vez que se llegue al puntaje o se termine el tiempo que marque el profesor. Y así podrán jugar contra todos los equipos que se hayan formado.</p>	<p>-Redes de volleyball -Tubos -Tarugos -Resorte -Gis</p>	<p>“Handball con pelota grande” Cancha de basquetbol o cancha de futbol. Se organizarán dos equipos del mismo número de integrantes o más equipos en caso de no contar con el espacio suficiente. Se organizarán dos equipos del mismo número de integrantes, cada equipo elegirá a su portero el cual no podrá salir de su área y los jugadores de campo no podrán entrar a el área del portero también. Las reglas serán, los jugadores no podrán correr con la pelota si no es botándola, podrán quedarse con la pelota no más de 3 segundos sin botarla, así que deberán estar pasándola entre los integrantes para poder llegar a la portería contraria y realizar el tiro, la manera de quitar la pelota será cuando vayan botándola o interceptarla en el aire, está prohibido arrebatarla de las manos. Se puede realizar este juego por cuartos o tiempos establecidos por el profesor. Ganará el equipo que anote más goles durante el tiempo de juego.</p>	<p>-Porterías -Conos -Pelota del número 6 -Gises</p>	<p>-Multidisciplinario. -Clase teórica *Conceptos básicos del tocho y ultimate.</p>	<p>-Aula de clases. -Cañón. -Laptop. -Cuaderno y bolígrafo.</p>

<p>Observaciones y comentarios a la planeación semanal</p>	<p>Directora: Alejandra Castellanos Espinosa</p> <p>Fecha:</p>
---	---

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque IV “El deporte educativo: cómo formular estrategias”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque IV	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
------------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>Pase de lista. Calentamiento trote ligero. Tiro al blanco. Torneo ultimate. Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar. -Cinturón con banderolas. -Frisbees. -Conos</p>	<p>Pase de lista Calentamiento movimientos articulares. Manipulación balón de futbol americano Colitas de dragón. Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar. -Paliacates. -Balones futbol americano. -Conos</p>	<p>Pase de lista. Calentamiento trote ligero. Tochito 5 v/s 5. Trayectorias cortas, medianas y largas. Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar. -Cinturón con banderolas. -Balones de futbol americano. -Conos</p>	<p>Pase de lista. Calentamiento movimientos articulares. Torneo ultimate y tocho Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar. -Cinturón con banderolas. -Balones de futbol americano. -Conos</p>

<p>Observaciones y comentarios a la planeación semanal</p>	<p>Directora: Alejandra Castellanos Espinosa</p>
	<p>Fecha:</p>

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque IV “El deporte educativo: cómo formular estrategias”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque IV	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------	--------	-----	--	----	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
Examen teórico Multidisciplinario.	-Aula. -Bolígrafo. -Exámenes impresos	-Aplicar rubrica. - Busco a mi Pareja: Se trata de buscar a la pareja con los ojos vendados, emitiendo algunos sonidos previamente acordados con ella. El grupo se divide en parejas quienes se ponen de acuerdo cuál será su sonido común (ladrido, maullido, ruido de coche, de tren, etc). Después de unos momentos todo el mundo pone su paliacate, se dispersa por el espacio y empieza a buscar a su pareja, emitiendo el sonido acordado. Cuando las parejas se encuentran se destapan los ojos y se van hacia una pared, mientras terminan las últimas parejas. Se puede jugar varias veces, cambiando cada vez de pareja. -Hidratación.	-Patio escolar.				

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa Fecha:

COLEGIO COLUMBIA

CICLO LECTIVO 2017-2018

SECUNDARIA

BLOQUE V

“Activo mi cuerpo, cuido mi salud”

PRIMER GRADO

Planeación didáctica de Bloque, Semanal y de Evaluación de los Aprendizajes

Educación Física

Dirección Académica
Dirección de Secundaria
Planeación Didáctica del Bloque V
“Activo mi cuerpo, cuidado mi salud”
PRIMER GRADO
Asignatura: Educación Física
(Formato PDBE-01/02)

Bloque: V	Semana	29	a	35	Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B		
Aprendizajes esperados/ Contenidos					Competencia	Evaluación	Fechas	
Describe acciones que le permiten integrar su disponibilidad corporal, conocer su cuerpo y mejorar sus capacidades.							De	A
Reconocimiento de mi cuerpo. Reconocimiento de la importancia de mantener un estilo de vida saludable a partir de la actividad física. Beneficios del ejercicio. Aspectos a considerar para la realización de actividad física ¿Por medio de qué actividades se promueve el cuidado de la salud?					Integración de la corporeidad	Aplicar rubrica bimestral al inicio del bloque y al final.	09-04-18	20-04-18
Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable.								
Organización de un club de actividad física como alternativa de convivencia en el contexto donde vive y para favorecer la disponibilidad corporal. ¿Qué características debe cumplir el club? ¿Qué actividades pueden realizarse en el club?					Integración de la corporeidad		23-04-18	04-05-18
Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud.								
Tiempo libre y juego. Valoración de las acciones que realiza para el uso de su tiempo libre dentro y fuera de la escuela. ¿Qué puedo hacer en mi tiempo libre? El juego tradicional y autóctono como recurso para la promoción de la salud.					Integración de la corporeidad		07-05-18	25-05-18
Eje Pedagógico						Ámbito de intervención		
El significado del cuerpo						Salud y vida sana		
Aprobación								
Directora: Alejandra Castellanos Espinosa					Vo. Bo.		Fecha	29-06-17

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque V “Activo mi cuerpo, cuidó mi salud”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque V	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física		Educación Física		Educación Física		Educación Física	
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe acciones que le permiten integrar su disponibilidad corporal, conocer su cuerpo y mejorar sus capacidades. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe acciones que le permiten integrar su disponibilidad corporal, conocer su cuerpo y mejorar sus capacidades. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe acciones que le permiten integrar su disponibilidad corporal, conocer su cuerpo y mejorar sus capacidades. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>		<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Describe acciones que le permiten integrar su disponibilidad corporal, conocer su cuerpo y mejorar sus capacidades. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	
Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>-Aplicar rubrica.</p> <p>-Se forman equipos de 3 a 5 personas, en función del grupo. Son las balsas que van arrastradas por la corriente de un caudaloso río. Las personas del equipo van cogidas por los hombros, girando y deambulando por toda la zona del juego. La única forma de salvar la situación peligrosa es hacer un puente, de orilla a orilla entre las distintas balsas. Para ello cada jugador(a)-tronco de cada balsa debe unirse a otra de la forma que estime oportuna. Como son troncos, no pueden hablar entre sí.</p> <p>-Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar.</p>	<p>“Cruce peligroso”. Se marcan en el piso dos líneas paralelas de 10 metros de distancia, con una separación de 8 a 9 metros entre ellas. Se forman dos equipos con los alumnos: uno de ellos se ubica en uno de los extremos del patio y el otro distribuye a sus jugadores a cada lado de la línea, con una pelota cada uno de los integrantes. También se puede utilizar la cancha de voleibol o basquetbol si tuviera las marcas en el piso, para ahorrar tiempo. El juego consiste en cruzar por el pasillo sin ser tocado por las pelotas que lanzan quienes están ubicados a los costados. Al llegar al otro lado de la línea se contabilizan los que han cruzado sin ser tocados. Esta actividad puede trabajarse por tiempo, en ver qué equipo dura más hasta que se quede sin integrantes corriendo. Luego se invierten los roles, resulta ganador el equipo que haya logrado el mayor tiempo con sus jugadores en cancha. El lanzamiento deberá ser de la cintura hacia abajo.</p>	<p>-Pelotas ligeras</p> <p>-Gises</p> <p>-Lista de verificación</p>	<p>“Retos” El grupo se dividirá por parejas, el espacio en el que se trabajará será una cancha de basquetbol o el patio escolar completo, se explicarán las actividades a realizar y daremos inicio. El juego consiste en realizar diferentes actividades, daremos inicio con el uso de las pelotas plásticas, las cuales usaremos para realizar la actividad de el “perseguidor”, una vez que están por parejas, uno tomará la pelota y deberá perseguir a su compañero por todo el espacio tratando de golpearlo, si así lo hiciera, su compañero deberá hacer lo mismo, esta actividad tendrá una duración de 1 minuto, se podrá repetir máximo 3 veces. La siguiente actividad será con paliacates, uno se coloca el paliacate entre metido en el pantalón o short, dejando la mayor parte por fuera colgando, su compañero deberá correr tras él para poder quitárselo durante 1 minuto, si así lo hiciera, se lo regresará y volverá a correr, en este reto gana el que se lo quite más veces durante su minuto de turno, lo puede realizar con 3 repeticiones. Pasamos al turno del balón de basquetbol, el cual deberán botar y procurar que no se lo quiten, al igual que el anterior será por tiempo de 1 minuto, y 3 repeticiones, el reto es el mismo, ver quien lo quita más veces durante el minuto. Llegamos al último reto nombrado “El despeje”, en este se toma como material el tenis o los tenis de los alumnos, los cuales deberán desanudar y aflojar, el reto será en lanzar el tenis lo más lejos posible, simulando que golpearán un balón de futbol. Pueden tener tres intentos para ver quién logra el lanzamiento de mayor distancia.</p>	<p>-Pelotas plásticas</p> <p>-Paliacates</p> <p>-Balones de basquetbol</p> <p>Tenis.</p>	<p>“ La dupla goleadora” Se divide al grupo en dos equipos. Distribuidos en el campo, se dividirán por parejas o tercias, posteriormente las parejas o tercias se amarraran por las muñecas o tobillos. En los extremos de la cancha se colocan o marcan los arcos, defendidos por sus correspondientes porteros. El juego es una variante del futbol, del cual se conservan sus reglas, sin embargo, para su desarrollo, las parejas o tercias estarán unidas de las muñecas o los tobillos, lo cual exigirá de ellos un esfuerzo y movimientos distintos. El juego consistirá en hacer goles en el arco contrario sin romper la formación, y mucho menos soltándose de muñecas o tobillos, tratando de coordinar al máximo sus movimientos y los de su o sus compañeros. Gana el equipo que más goles realice, en el tiempo establecido previamente por el profesor</p>	<p>-Pelota de futbol</p> <p>-Porterías</p> <p>-Conos paliacates</p>

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa
--	--

	Fecha:
--	---------------

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque V “Activo mi cuerpo, cuido mi salud”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque V	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>“Perro y gato” Se ordena a los alumnos en una hilera, ya sea de frente o a un costado, dando espacio de manera tal que puedan tocarse la punta de los dedos. Al inicio estarán mirando al frente. Se puede dividir al grupo en dos o más equipos, cada equipo elegirá a un representante, el cual deberá correr tras el representante del otro equipo. Cada representante, en su rol de perseguidor, deberá hacer su labor en el menor tiempo posible, ganando un punto el equipo que alcance primero a su contrario. El profesor dirá con voz fuerte: “giro” y el grupo en su totalidad girará a un lado u otro, al gritar “frente”, volverán a la posición inicial. De esta manera se complicará la carrera, ningún corredor podrá pasar por debajo de los brazos de la muralla humana.</p>	-Patio escolar.	<p>“ Defensa Circular” Se delimita un círculo y dentro se colocan dos cajas o cajones, 1 lata arriba. Se divide al grupo en 2 o más equipos, uno va en defensa y el otro al ataque. El defensa deberá estar dentro de otro círculo mayor al central, marcado con otro color o líneas de puntos. El equipo que defiende deberá estar dentro de otro círculo mayor al central marcado con otro color o líneas de punto. El otro equipo debe realizar pases y encontrar el espacio para tratar de acertar el blanco, derribando la lata que se ha colocado para este fin. Ningún equipo puede invadir el círculo que no le corresponde. Cada equipo estará un tiempo en cada rol. Ganará el equipo que tenga más objetos volteados en el tiempo establecido. Se puede hacer la variante de quitar las cajas y colocar a una persona en esa posición.</p>	-Cajones de fruta -Caja de cartón -Latas -2 pelotas	<p>“Los obstáculos” Los jugadores se dividen en dos equipos, cada uno de los cuales se divide en dos grupos, que se forman en hileras. Estas hileras se ubican detrás de las líneas trazadas a 10 metros de distancia. En el campo intermedio se distribuirán obstáculos. Para ahorrar tiempo se puede utilizar la cancha de voleibol o basquetbol. Cuando lo indique el profesor, el primer alumno de cada equipo que posea la pelota, la transportará haciéndola correr con los pies, sorteando los obstáculos hasta el número 2 de su equipo, quien repetirá la acción. Gana el equipo que haya completado la secuencia. Este ejercicio se puede realizar también con balones de basquetbol (botando), con pelotas plásticas y escobas como si fuera hockey, todas las variantes en la misma clase, pues los alumnos tendrán diferentes implementos para manipular. Tanto con el balón de basquetbol y las escobas, se modificará el recorrido a realizar (aumentar el grado de dificultad).</p>	-Pelotas de futbol -Balones de basquetbol -Escobas -Pelotas plásticas -Gises -Conos	<p>-Pase de lista. -Calistenia de acuerdo a las actividades a realizar. -Futbol siamés. -Futbol a ciegas. -Hidratación.</p>	-Cancha de futbol. -Balones de futbol. -Conos -Paliacates.

Observaciones y comentarios a la planeación semanal	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa
--	--

	Fecha:
--	---------------

--	--

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque V “Activo mi cuerpo, cuido mi salud”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque V	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física		Educación Física		Educación Física		Educación Física	
Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud. Competencia: Integración de la corporeidad.		Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud. Competencia: Integración de la corporeidad.		Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud. Competencia: Integración de la corporeidad.		Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud. Competencia: Integración de la corporeidad.	
Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
-Pase de lista. -Calentamiento trote alrededor de la cancha con movimientos articulares. -Futbeis. -Tiro al blanco. -Hidratación.	-Cancha de futbol. -Balones de futbol. -Casacas. -Conos	-Pase de lista. -Calentamiento movimientos articulares extremidades inferiores. -Ejercicios de conducción con tiro. -Ejercicios de pase con tiro. -Hidratación.	-Cancha de futbol. -Balones de futbol. -Conos	-Pase de lista. -Calentamiento movimientos articulares. -Ataque v/s defensa -Ejercicios de tiro. -Hidratación.	-Cancha de futbol. -Balones de futbol. -Conos	-Multidisciplinario. -Clase teórica *Conceptos básicos del futbol.	-Aula de clases. -Cañón. -Laptop. -Cuaderno y bolígrafo.

Observaciones y comentarios a la planeación semanal 	Directora: Alejandra Castellanos Espinosa Fecha:
--	---

Dirección Académica.
Dirección de Secundaria.
Bloque V “Activo mi cuerpo, cuido mi salud”
Planeación Didáctica Semanal Global
(Formato PSG-01)

Bloque V	Semana	Del		al		Profesor: RICARDO MÉNDEZ GÓMEZ	Grupo: 1°B
-----------------	---------------	------------	--	-----------	--	---------------------------------------	-------------------

Educación Física	Educación Física	Educación Física	Educación Física
<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: El significado del cuerpo. Ámbito: Competencia motriz. Aprendizajes Esperados: Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar su salud. Competencia: Integración de la corporeidad.</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>	<p>Ejes: Ámbito: Aprendizajes Esperados: Competencia:</p>

Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos	Actividades	Recursos
<p>Examen teórico Multidisciplinario.</p>	<p>-Aula. -Bolígrafo. -Exámenes impresos</p>	<p>-Aplicar rubrica. -Se forman equipos de 3 a 5 personas, en función del grupo. Son las balsas que van arrastradas por la corriente de un caudaloso río. Las personas del equipo van cogidas por los hombros, girando y deambulando por toda la zona del juego. La única forma de salvar la situación peligrosa es hacer un puente, de orilla a orilla entre las distintas balsas. Para ello cada jugador(a)-tronco de cada balsa debe unirse a otra de la forma que estime oportuna. Como son troncos, no pueden hablar entre sí. -Hidratación.</p>	<p>-Patio escolar.</p>				

<p>Observaciones y comentarios a la planeación semanal</p>	<p>Directora: Alejandra Castellanos Espinosa</p> <p>Fecha:</p>
---	---