



# Institución Educativa Técnica Acuícola Nuestra Señora de Montecarlo

Cicuco – Bolívar

DANE: 113188000036NIT: 806.014.561-5

ICFES: 054460



## Planeación de aula.

### Identificación

Grado: SEXTO	Área/Asignatura: EDUCACION FISICA	Fecha: 27 Marzo / 28 ABRIL 2023.
Docente / C.D.A.: ALEXANDER FURNIELES OROZCO		
Sede: PRINCIPAL	Periodo Académico: Primer	
Eje temático:  Juegos olímpicos  Habilidades y destrezas físico motrices		
Tiempo de Ejecución: 10 horas. ( 600 minutos).		

### Aprendizajes

1. Objetivos de aprendizajes
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Su objetivo común es el desarrollo pacífico de la humanidad. Estos valores son el eje del Movimiento Olímpico y se establecen en la Carta Olímpica, que codifica los principios del olimpismo concebidos por Pierre de Coubertin, fundador de los Juegos Olímpicos modernos.</li><li>➤ La motricidad o actividad física es fundamental para los niños porque no solo les ayuda a crecer sanos en el aspecto físico, sino también a desarrollarse cognitiva, emocional y afectivamente, permitiéndoles entender su cuerpo, las posibilidades que ofrece, cómo expresarse y cómo relacionarse con el entorno.</li></ul>
2. Referentes curriculares (EBC, DBA, Matriz de Referencia, Mallas de Aprendizaje)
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Competencia motriz: combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones.</li><li>➤ Competencia motriz: combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones</li><li>➤ Competencia expresiva corporal: comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones</li><li>➤ Competencia expresiva corporal: comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones</li></ul>



**Institución Educativa Técnica Acuícola Nuestra Señora de  
Monteclaro**

**Cicuco – Bolívar**

DANE: 113188000036NIT: 806.014.561-5



ICFES: 054460

<p><b>3. Evidencias de Aprendizajes / Desempeños Esperados</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Desarrollo motor: comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física</li><li>➤ Técnicas del cuerpo: combino diferentes movimientos en la realización de prácticas deportivas</li><li>➤ Reconozco la importancia de caminar, correr, saltar, trepar, rodar, como factor fundamental para el mejoramiento de la salud.</li></ul>
<p><b>4. Recursos y materiales</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aula de clase – Cuadernos – Videos – Coliseo - Espacios Abiertos – Conos – Balones – Bastones – Cuerdas – Pitos – Cronómetros - Colchonetas.</li></ul>
<p><b>Momentos de la clase</b></p>
<p><b>1. Inicio /exploración de saberes previos</b></p> <p>Se recordarán las normas de seguridad y el uso adecuado del uniforme de educación física.</p> <p>Se les pedirá que, con sus palabras en su cuaderno, expliquen los conceptos de correr, saltar, caminar, trepar, rodar y reptar</p> <p>Tiempo de ejecución: 5 minutos</p>
<p><b>2. Contenido / Estructuración</b></p> <p>Se realizará un taller sobre los juegos olímpicos</p> <p>olímpicos Juegos olímpicos</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Orígenes de los juegos olímpicos</li><li>➤ Padre de los juegos olímpicos modernos</li><li>➤ Clasificación de los juegos olímpicos</li><li>➤ Juegos olímpicos de la juventud</li><li>➤ Juegos paralímpicos</li></ul> <p>Habilidades y destrezas físico motrices</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Concepto</li><li>➤ Tipo de habilidades</li><li>➤ Habilidades motrices básicas: desplazamiento</li><li>➤ Habilidades motrices básicas: manipulativa</li><li>➤ Habilidades motrices básicas locomotoras</li></ul> <p>Tiempo de ejecución: 40 minutos</p>



# Institución Educativa Técnica Acuícola Nuestra Señora de Montecarlo

Cicuco – Bolívar

DANE: 113188000036NIT: 806.014.561-5

ICFES: 054460



## 3. Práctica / Transferencia

Se organiza y se recuerda normas de seguridad a los estudiantes para la práctica física deportiva. (3 -5minutos) Se procede a trabajar actividad física en formación grupal de circulo con igual número de estudiantes

- Calentamiento: quemado en cuadrado(12min)– movimientos articulares enfocados en brazos y hombros -resistencia (30 seg) – Jumping (20 repeticiones) – proporcionalidad (20 repeticiones) flexiones de brazos apoyados con rodillas (10 repeticiones) (10 min)
- Actividad física: en cuclillas apoyados de mano en el suelo y estiras y recoger al sonido del silbato (10 repeticiones); en parejas carretilla (2 repeticiones); en circulo golpear el balón con las manos, el que lo deje caer sale (15 min); deportes (20 min)
- Estiramiento

Se organiza y se recuerda normas de seguridad a los estudiantes para la práctica física deportiva. (3 -5minutos)

Se procede a trabajar actividad física en formación grupal de circulo con igual número de estudiantes

- Calentamiento: caminar suave(1 vuelta); caminar rápido sin llegar a trotar (1 vuelta) ; trotar (5 vueltas) al sonar el silbato toco el piso; movilidad articular; skiping (3min) y jumping (30 repeticiones); desplazamiento lateral intercalando izquierda y derecha (2 vueltas)(20 min)
- Actividad física: en grupo máximo de 10 a 13 personas un círculo, 1 será el retador, ese correrá alrededor, tocar un compañero, él seguir su línea de carrera y el retado al contrario el primero que llegue se queda con el puesto (10-15 min); relevos (10 min)
- Estiramiento
- Recreación y Descanso: toma de agua y reposo

## 4. Descripción de la Evaluación y Valoración/cierre

La evaluación de la práctica física deportiva, se realizará por medio de la observación visual, se detectarán errores en los movimientos de cada estudiante y se corregirá en el momento de la práctica. La evaluación conceptual se realizará por medio de un taller en clase

Taller en  
clase

1. complete los siguientes ítems importantes sobre juegos olímpicos

1.1 el padre de los juegos olímpicos modernos es \_\_\_\_\_

1.2 los anillos olímpicos representan \_\_\_\_\_

1.3 los juegos olímpicos se clasifican en \_\_\_\_\_

la edad de los participantes de los juegos olímpicos de la juventud es \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_



**Institución Educativa Técnica Acuícola Nuestra Señora de  
Monteclaro**

**Cicuco – Bolívar**

DANE: 113188000036NIT: 806.014.561-5

ICFES: 054460



. 1.5 el lema de los juegos olímpicos es \_\_\_\_\_

2. marque con una X la respuesta correcta

2.1. De los siguientes símbolos cual no es olímpico:

A. bandera olímpica

b. antorcha olímpica

c. la copa olímpica

d. el himno olímpico

2.2 los anillos olímpicos representan

a. los países del continente americano

b. los continentes del mundo

c. los mares del mundo

d. los competidores del mundo

2.3 los juegos olímpicos se clasifican en

a. Eurocopa olímpica y copa americana olímpica

b. juegos olímpicos de verano y juegos olímpicos de invierno

c. juegos olímpicos antiguos y juegos olímpicos moderno

d. copa Davis y copa diamante

2.4 con qué fin se crearon los primeros juegos paraolímpicos

a. para que no hubiera racismo entre hombre y mujeres

b. para ayudar a las personas necesitadas hacer deporte

c. promover la rehabilitación de los soldados tras la Segunda Guerra Mundial

d. todas las anteriores

2.5 Los juegos olímpicos se llaman así porque:

a. En la antigüedad los juegos se realizaban en Olimpia, Grecia

b. Jean Pierre padre de los juegos, lo nombró así por su esposa Olimpia de graze

c. Jean Pierre alaba al Dios Olimpo, Dios de la competencia y justicia

ninguna de las anteriores

La evaluación de la práctica física deportiva, se realizará por medio de la observación visual, se detectarán errores en los movimientos de cada estudiante y se corregirá en el momento de la práctica

La evaluación conceptual se realizará por medio de una consulta en casa y posteriormente la socialización de esta en el aula de clases

consulta en casa:

1. defina que es capacidad física

2. diga cuales son las capacidades físicas

haga un dibujo alusivo al tema



**Institución Educativa Técnica Acuícola Nuestra Señora de  
Monteclaro**  
*Cicuco – Bolívar*

DANE: 113188000036NIT: 806.014.561-5 ICFES: 054460

