



ORGANIZADOR GRÁFICO DE UNIDAD DIDÁCTICA

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD: 04

CURSO: CUARTO

PROFESOR: OSCAR MONSALVE PACHON

FECHA: SEPTIEMBRE 6 DE 2021

COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL

HILOS CONDUCTORES:

¿Cómo puedo mejorar mi condición física en casa?
 ¿Qué ejercicios puedo realizar para mejorar mi coordinación con elemento?

TÓPICO GENERATIVO



METAS DE COMPRENSIÓN:

Desarrollarán ejercicios de coordinación general a través del control de elementos para fortalecer las habilidades individuales.	Aplicarán normas básicas dentro de los movimientos en contexto, fortaleciendo técnicas en ejercicios que integran conceptos del deporte desarrollado.
--	---

	DESEMPEÑOS DE COMPRESION	TIEMPO	VALORACIÓN CONTINUA	
			FORMAS	CRITERIOS DEL AREA
ETAPA EXPLORATORIA	Identificar el elemento de juego en trabajos individuales. Conocer las normas básicas del mini voleibol.	2 SEMANAS	Acondicionando el cuerpo a través de ejercicios de fuerza y control individual. Desarrollando actividades coordinativas con elemento en casa Desarrollando juegos de habilidad con control de balón. Realizando actividades lúdicas con diferentes elementos	Formación y realización técnica
ETAPA GUIADA	Identificar los golpes y movimientos básicos. Realizar secuencias simples de capacidad condicional (velocidad). Practicar ejercicios de control en secuencia individual.	4 SEMANAS	Ejecutando trabajos cortos con elementos de casa. Realizando secuencias de control. Ejecutando trabajos de fundamentación técnica básica de lanzamiento y recepción de elementos. Desarrollo de movimientos básicos posturas y saltos. Avances de proyecto de síntesis.	Desarrollo físico – motor. Integración socio cultural. Expresión corporal
PROYECTO DE SÍNTESIS	Circuito de habilidades individuales con movimientos de capacidad condicional y controlando diferentes elementos.	2 SEMANAS	Circuito de habilidades en donde se tienen estaciones de habilidad individual por tiempos de ejecución en espacios reducidos	Recreación y lúdica.

