



ORGANIZADOR GRÁFICO DE UNIDAD DIDÁCTICA

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD: 04

CURSO: SEGUNDO

PROFESOR: ANGELA PATRICIA BARRERA GUERRERO

FECHA: 12 DE SEPTIEMBRE DEL 2022

CAPACIDADES COORDINATIVAS DE REGULACIÓN Y ADAPTACIÓN.

HILOS CONDUCTORES:

¿Cómo puedo mejorar mis capacidades coordinativas de regulación?
¿Qué son capacidades coordinativas?

TÓPICO GENERATIVO

COORDINANDO MI CUERPO

METAS DE COMPRENSIÓN:

Fortalecerá su coordinación dinámica general por medio de movimientos básicos, permitiéndole así una participación plena en actividades de regulación y adaptación con el fin de ganar conciencia de su propio cuerpo.

Comprenderá las capacidades físicas, a través de trabajos específicos permitiéndole su fortalecimiento muscular tanto de tren superior como inferior.

	DESEMPEÑOS DE COMPRESION	TIEMPO	VALORACIÓN CONTINUA	
	ACCIONES REFLEXIONADAS		FORMAS	CRITERIOS DEL AREA
ETAPA EXPLORATORIA	Fortalecer sus capacidades coordinativas de regulación y adaptación. Identificar los movimientos básicos de la coordinación dinámica general. Reconocer las capacidades físicas para su fortalecimiento muscular.	2 SEMANAS	Trabajando tareas motrices de regulación y adaptación. Ejecutando ejercicios dinámicos con y sin elemento. Desarrollando ejercicios de fortalecimiento muscular. Primer avance proyecto de síntesis: lluvia de ideas sobre las capacidades coordinativas de regulación y adaptación.	Formación y realización técnica
ETAPA GUIADA	Realizar actividades coordinativas Ejecutar trabajos teniendo en cuenta sus capacidades físicas. Practicar ejercicios para su fortalecimiento muscular	4 SEMANAS	Manejando diferentes elementos Desarrollando actividades coordinativas de manipulación. Segundo avance proyecto de síntesis: Ejecutando trabajos físicos de fuerza, resistencia, flexibilidad y velocidad.	Desarrollo físico – motor. Integración socio cultural. Expresión corporal
PROYECTO DE SÍNTESIS	Circuito de actividades coordinativas y capacidades físicas.	2 SEMANAS	CIRCUITO “Adivina quién soy” Por grupos se les dará la oportunidad a los niños de fortalecer sus capacidades coordinativas y desarrollar su creatividad e imaginación creando una historieta recreativa la cual imitarán frente a sus compañeros y docente.	Recreación y lúdica.

