



ORGANIZADOR GRÁFICO DE UNIDAD DIDÁCTICA

Asignatura: Educación física

Unidad Nº: 4

Grado: Tercero

Profesor: Laura Daniela Jiménez Pérez Fecha: 12 de septiembre- 2022

FLEXIBILIDAD A TRAVÉS DE LA GIMNASIA BÁSICA

HILOS CONDUCTORES:

¿Para qué sirve la flexibilidad en el ser humano?
 ¿Por qué debo cuidar mi postura corporal?

TÓPICO GENERATIVO:



METAS DE COMPRENSIÓN:

Identificará la flexibilidad como una habilidad básica del cuerpo humano implementando el aprendizaje significativo para caracterizar los beneficios de la elasticidad por medio de la creación de esquema de coordinación conocido como ACROSPORT.	Reconocerá la higiene postural a partir del descubrimiento guiado permitiéndole comprender la importancia del cuidado y la corrección de postura creando esquema de movimiento que involucre acciones de desplazamiento, flexibilidad y equilibrio tanto dinámico como estático.
---	--

	DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN	TIME	VALORACIÓN CONTINUA	
	ACCIONES REFLEXIONADAS		FORMAS	CRITERIOS DEL ÁREA
ETAPA EXPLORATORIA	<ul style="list-style-type: none"> Explorar posibilidades corporales a nivel global y segmentario Realizar distintas posturas en estado de quietud y en estado de movimiento. Experimentar acciones de equilibrio tanto estático como dinámico. 	2 semanas	<ul style="list-style-type: none"> Implementando acciones de desplazamiento con independencia segmentaria. Realizando tareas motrices que permitan comprender las funciones de las superficies de contacto. Participando en acciones de reconocimiento corporal por medio del juego y la imitación. 	<ul style="list-style-type: none"> Formación y realización técnica
ETAPA GUIADA	<ul style="list-style-type: none"> Explorar manifestaciones de expresión corporal y lateralidad con posturas básicas de gimnasia. Identificar acciones de equilibrio estático y dinámico en la imitación de posturas. Experimentar tareas de creatividad creando una rutina gimnastica básica. 	4 semanas	<ul style="list-style-type: none"> Realizando tareas motrices básicas que involucren acciones de equilibrio básico. Aplicando distintos juegos de rol que involucren el reconocimiento del cuerpo y su manejo en el tiempo y el espacio. Realizando combinación de posturas y ejercicios básicos de gimnasia por medio del ACROSPORT.G 	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo físico motor Integración socio-cultural Expresión corporal
PROYECTO DE SÍNTESIS	Lúdica "JUGANDO CON LA FLEXIBILIDAD CORPORAL"	2 semanas	<ul style="list-style-type: none"> Creando un esquema de movimiento que permita involucrar acciones de equilibrio y flexibilidad por medio del reconocimiento del cuerpo y la imitación de posturas desde el ACROSPORT. 	<ul style="list-style-type: none"> Recreación y lúdica

