



Cronograma de Evaluación

Área de Formación: Educación Física
 Docente: Freddy Mendoza
 Curso: 1° Año Sección: A-B-C-D
 Año Escolar: 2019- 2020 Lapso: I

Semana Fecha	U.A.	Tema Generador Tejido Temático	Referentes Teórico Prácticos	Actividad Evaluativa	% Puntaje	Ptos. acum.
Todas las clases	1	Educación Física como base de la salud integral. Cualidades y potencialidades físicas del ser humano.	- Principios biológicos del movimiento humano.	Trote en forma continua al 70% de la máxima capacidad.	10 %	2
Todas las clases	1	La educación física e importancia en la salud y desarrollo integral del ser humano.	- Definiciones y conceptos básicos: Flexibilidad, movilidad articular,	Flexibilidad, movilidad , Elongación, juegos, toma de pulso en reposo.	20 %	4
Todas las clases	2	La flexibilidad como cualidad física fundamental para el desarrollo humano. Flexibilidad y movilidad articular y elongación muscular dirigida en forma sistemática.	- Anatomía y fisiología de las articulaciones.	Flexibilidad General	15 %	3
Todas las clases	3	Corporeidad, comunicación y sociedad. Reconocimiento de sí misma o mismo. Seguridad afectiva	- El deporte como fenómeno social	Juegos Predeportivos	20 %	4
Todas las clases	5	La incidencia de la actividad física en la manifestación de la frecuencia cardiaca.	- Pulso o latido cardiaco. - La localización y conteo de los latidos o pulsaciones cardiaca - Frecuencia cardiaca	Toma del pulso en reposo y en ejercicio	20 %	4
TODO EL LAPSO	1,2,3 y 5	Proyecto PEIC	RASGOS Y VALORES	Hábitos de trabajos. Disciplina	15 %	3

Pensamiento: No pierdas el tiempo, aprovéchalo al máximo ya que después te hará falta, "Freddy Mendoza"