



PLAN ANUAL 2010

Nivel: **PRIMARIA**

Grado: **SEGUNDO**

Asignatura: **EDUCACIÓN FÍSICA**

Contenidos	
<p>PERCEPCION MOTRIZ (Dominio Corporal y Expresión Creativa)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lateralidad manual y podal • Respiración y relajación <ul style="list-style-type: none"> - Flotación - Respiración frontal • Iniciación a los fundamentos del nado en piscina grande <ul style="list-style-type: none"> - Con tabla; pateo del estilo Crawl - Con tabla: pateo del estilo Espalda • Respiración y relajación(no calificado) • Estimulación vestibular (no calificado) • Equilibrio estático (no calificado) equilibrio dinámico • Orientación espacio temporal (direccionalidad) • Coordinación perceptivo motriz (óculo manual y óculo podal) • Coordinación perceptivo motriz (óculo manual y óculo podal) precisión • Coordinación dinámica general; reptar, gatear, rodar, correr, saltar y trepar • Expresión y movimiento rítmico; Pulso, frases musicales de 8, 16 y 32 tiempos con música, coreografías simples <p>FISICO MOTRIZ (Comprensión y Desarrollo de la Corporeidad y la salud) no calificado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexibilidad y elasticidad corporal • Actividades generales de fuerza y velocidad <p>EXPRESIÓN MOTRIZ (Dominio Corporal y Expresión Creativa)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciación a los fundamentos de los estilos Crawl y Espalda <ul style="list-style-type: none"> - Coordinación del pateo y braceo del estilo Crawl con la respiración frontal, con tabla. - Coordinación del pateo y braceo del estilo Espalda, con tabla. 	
Capacidades - Destrezas	Valores- Actitudes
<p>PERCEPCION MOTRIZ (Dominio Corporal y Expresión Creativa)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Discriminar 2. Percibir -- Sentir 3. Reconocer – identificar 4. Ubicarse – localizar – orientar 5. Adaptarse 6. Familiarizarse – ambientarse – acostumbrarse – desenvolverse. <p>FISICO MOTRIZ (Comprensión y Desarrollo de la Corporeidad y la salud)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Prepararse – desarrollar - ejercitar 2. Mantener 3. Mejorar <p>EXPRESION MOTRIZ (Dominio Corporal y Expresión Creativa)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mantener 2. Practicar – desarrollar – aplicar - realizar 3. Mejorar 4. Coordinar 5. Jugar 6. Dominar 	<p>SOCIO MOTRIZ (Convivencia e interacción Socio motriz)</p> <p>RESPONSABILIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Compromiso • Voluntad • Coherencia • Cumplimiento <p>RESPECTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tolerancia • Comprensión • Paciencia • Apertura <p>SOLIDARIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sensibilidad • Involucrarse • Compartir • Ayudar <p>PARTICIPACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se integra • Se relaciona • Expresa