



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA ANA

PRINCIPAL, SEDES: DUCALES B Y SANTANA C.

"Nos preparamos para el futuro"

Decreto No. 002 -17-enero-2003- Resolución de Aprobación No. 213
21- noviembre de 2005 secretaria de Educación y Cultura de Soacha
NIT: 832.002.830-4 DANE: 125754000250



PLAN DE MEJORAMIENTO – SEGUNDO SEMESTRE 2025

ASIGNATURA:	NIVEL:	FECHA DE ENTREGA:
EDUCACION FISICA	TERCERO	10 NOVIENBRE2025

"Planificar es traer el futuro al presente para que puedas hacer algo al respecto ahora".

COMPETENCIAS:

SABER: Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos

HACER: Competencia Expresiva Corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal

SABER SER: Competencia Axiológica Corporal: Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física

PLAN DE MEJORAMIENTO – EDUCACIÓN FÍSICA

Nota: imprimir la guía realizar las actividades y sustentar en los tiempos establecidos.

Grado: 3°

Temas:

1. Predeportivo baloncesto
2. Reglamento del baloncesto, trabajo en equipo
3. Cuidado del cuerpo e higiene.

Objetivo general

Fortalecer la práctica, el conocimiento teórico del deporte del baloncesto y actitudes frente a la competencia.



1.Predeportivo baloncesto

Reglas básicas

- Leer un resumen de las reglas (número de jugadores, duración, inicio del juego, faltas básicas).
- Actividad escrita:
 1. Dibuja una cancha de baloncesto y señala las zonas principales.
 2. Escribe tres reglas importantes y explica por qué son necesarias.

Posiciones y roles en el baloncesto

- Investigar y escribir cuáles son las posiciones básicas (armador, defensa, escolta, alero, pívot).
- Actividad: Completa un cuadro con la posición y su función principal.

Técnicas básicas

- Leer sobre el control, pase y lanzamientos.
- Actividad: Ordena en secuencia los pasos para hacer un pase correcto.

VER VIDEO: https://youtu.be/5F_HNvP0nZY

Reflexión

CUIDADO DEL CUERPO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA ANA

PRINCIPAL, SEDES: DUCALES B Y SANTANA C.

"Nos preparamos para el futuro"

Decreto No. 002 -17-enero-2003- Resolución de Aprobación No. 213
21- noviembre de 2005 secretaria de Educación y Cultura de Soacha
NIT: 832.002.830-4 DANE: 125754000250



- Reflexionar: cuidado del cuerpo e higiene
- Actividad: Escribe 5 ejemplos de cuidado del cuerpo e higiene.

VER VIDEO: <https://youtu.be/PSw6wj2ppGk>

Que aprendiste del video:

Experiencias trabajo en equipo

Lectura: El trabajo en equipo en Educación Física

En las clases de Educación Física, el trabajo en equipo es muy importante. Significa unir fuerzas, respetar a los compañeros y ayudarse unos a otros para alcanzar una meta común.

Cuando jugamos en grupo, no solo importa ganar, también es importante cooperar, animar a los demás y respetar las reglas. Un buen compañero no se burla, no empuja ni hace trampa, sino que apoya y comparte.

En los juegos y deportes, cada niño tiene un papel importante: algunos corren rápido, otros defienden, otros pasan el balón o ayudan a organizar. Todos son necesarios para que el equipo funcione bien.

Trabajar en equipo nos enseña valores como la amistad, la solidaridad y el respeto. Además, nos ayuda a disfrutar más de las actividades y a aprender que juntos podemos lograr grandes cosas.

Preguntas para reflexionar

1. ¿Qué significa trabajar en equipo en Educación Física?

2. ¿Qué cosas puede hacer un buen compañero durante un juego?

3. ¿Por qué es importante respetar las reglas y a los demás?

4. ¿Qué aprendemos cuando jugamos en grupo?

Ver video: <https://www.youtube.com/shorts/8I0WX2u1vGY>

Reflexión del video sobre el trabajo en equipo:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA ANA

PRINCIPAL, SEDES: DUCALES B Y SANTANA C.

"Nos preparamos para el futuro"

Decreto No. 002 -17-enero-2003- Resolución de Aprobación No. 213
21- noviembre de 2005 secretaria de Educación y Cultura de Soacha
NIT: 832.002.830-4 DANE: 125754000250



EVALUACION:

Valoración →	1	3	5	7
Criterio de Ev. ↓				
Puntualidad en la entrega de la guía.	No entrega	Entrega simultánea con la sustentación.	Entrega posterior _____ pero anterior a la sustentación.	Entrega entre el ___ de _____ y el ___ de _____.
Calidad de las actividades desarrolladas en la guía.	Entrega actividades incompletas, mal presentadas y/o que no corresponden a lo solicitado en la guía.	Desarrolla todas las actividades, sin embargo, estas no dan respuesta de forma precisa a lo solicitado en la guía y/o muestran marcas de dificultades en su presentación.	Desarrolla las actividades dando respuesta a lo planteado en la guía y con buenas condiciones de presentación.	Las actividades son presentadas con excelentes condiciones de orden respondiendo de forma clara y amplia a lo solicitado en la guía.
Sustentación	No asiste o no desarrolla las actividades asignadas para la sustentación.	Asiste puntualmente y desarrolla algunas las actividades asignadas para la sustentación.	Asiste de forma puntual a la sustentación, realizando de forma organizada las actividades asignadas.	Asiste de forma puntual, atenta y dispuesta a la sustentación, realizando de forma organizada las actividades asignadas.
	No logra plantear ideas de forma escrita.	Presenta de forma escrita algunas ideas, sin embargo, no da respuesta al propósito comunicativo establecido.	Escribe un texto corto de forma clara y coherente con lo solicitado.	Escribe un texto corto con excelentes condiciones de letra, redacción y ortografía, de acuerdo al propósito comunicativo establecido.
Total	0.5	1.5	2.5	3.5