

2023 ~ 2024
Educación Física de 4º grado ~ Año a un vistazo

Estándar	ago	septiembre	octubre	noviembre	diciembre	enero	febrero	marzo	abril	mayo
----------	-----	------------	---------	-----------	-----------	-------	---------	-------	-------	------

Competencias y comprensión del movimiento	Evasión y persecución <i>(perseguir, huir y esquivar; principios de movimiento seguro y etiquetado adecuado; principios de movimiento en velocidad, dirección, caminos y niveles)</i> 6 - 9 lecciones	Habilidades manipuladoras en situaciones de juego <i>(rodar, lanzar, atrapar y patear una variedad de objetos en combinación y en transición, es decir, lanzar en la carrera; pequeños juegos laterales, ejercicios de preparación, relés, juego de torneos; consideraciones tácticas según corresponda)</i> 6 - 9 lecciones	Mejorar: El uso de comentarios para mejorar el rendimiento <i>(evaluación por pares para reconocer y evaluar los elementos críticos del movimiento; retroalimentación constructiva)</i> 4 - 6 lecciones Patrones y movimiento de combinación: Baile <i>(formas sociales y contemporáneas de danza para reconocer y realizar una variedad de patrones repetibles de movimiento)</i> 4 - 6 lecciones Equilibrio y transferencia de peso: Tumbling/Gimnasia <i>(equilibrio estático y dinámico; rutinas simples que demuestran transiciones suaves; transferencia de peso de pies a manos y manos a pies, es decir, patada de mula, soporte de mano o voltereta)</i> 9 - 12 lecciones	Habilidades manipulativas en situaciones de juego <i>(con implementos de mano corta y larga; pasar, recibir, atrapar, volar y golpear en combinación; una variedad de implementos y juegos, es decir, pickleball, tenis de mesa, bádminton, hockey)</i> 9 - 12 lecciones Habilidades manipuladoras en situaciones de juego <i>(volar, golpear & regatear; pasar y recibir a un objetivo en movimiento; decisiones tácticas, receptores principales)</i> 6 - 9 lecciones						
	Elementos de la aptitud relacionada con la habilidad (velocidad, agilidad, equilibrio, tiempo de reacción, coordinación y potencia): Integrado con todas las actividades locomotoras, no locomotoras y manipuladoras, cuando sea apropiado Conceptos de tiempo, fuerza, flujo, ubicación, dirección, rutas, extensión y niveles: Integrado con todas las actividades locomotoras, no locomotoras y manipuladoras, cuando sea apropiado Aprendizaje aplicado: Integración de habilidades en juegos simples, concursos, relés y torneos: Temas de actividad basados en la "Rueda" del Movimiento de Niños, integrados en todas las actividades cuando sea apropiado									
Bienestar físico y personal	Establecimiento de metas para la aptitud: Prueba previa de FitnessGram <i>(diferencias de género en el establecimiento de objetivos básicos de las normas de HFZ; interpretación de la puntuación)</i> 4 - 6 lecciones		El principio F.I.T.T y los componentes de la aptitud relacionada con la salud <i>(integrado dentro de todas las actividades según corresponda: conexión de ejercicio/condición física; principios de entrenamiento de sobrecarga, progresión y especificidad; componentes de la condición física relacionada con la salud; frecuencia cardíaca antes, durante y después del ejercicio; alineación corporal correcta para realizar estiramientos de espalda baja)</i> 48 - 52 lecciones							Evaluación de los objetivos para la aptitud: Prueba posterior de FitnessGram <i>(evaluación de objetivos)</i> 4 - 6 lecciones
	Nutrición e hidratación <i>(opciones de alimentos y ejercicio pueden mantener un peso saludable; hidratación antes, durante y después del ejercicio; bebidas deportivas)</i> 3 - 6 lecciones			Vacaciones de invierno	Tabaco y otras drogas <i>(estrategias de evitación verbal y no verbal; peligros del humo de segunda mano; beneficios y peligros de los medicamentos de venta libre; comprensión de las etiquetas de los medicamentos; respuesta cuando los medicamentos de venta libre se usan incorrectamente)</i> 3 - 6 lecciones					
Bienestar emocional y social	EQUIPO: Juntos, todo el mundo logra más <i>(Actividades de integración de equipos)</i> 4 - 6 lecciones		Elementos de buena deportividad <i>(atributos de buena deportividad; identificar ejemplos positivos y negativos; honrar el juego; respetar a los compañeros de equipo, oponentes y funcionarios del juego)</i> Planificado e integrado intencionalmente en todas las actividades cuando sea apropiado Conceptos de autodirección, autocontrol, cooperación, inclusión, comunicación respetuosa y resolución de problemas: Incorporado en todas las actividades cuando sea apropiado							
Prevención y gestión de riesgos	Empezar con buen pie <i>(Reglas y procedimientos del salón)</i> 1 - 2 lecciones	Control de movimiento para la participación segura en la actividad física <i>(gestión de lesiones a través de movimientos seguros; reglas para el juego limpio y seguro; técnicas de habilidad para el uso adecuado del equipo; identificación de preocupaciones de seguridad en el gimnasio, parque infantil y vecindario)</i> Planificado e integrado intencionalmente en todas las actividades cuando sea apropiado								

ELA	Lectura y escritura para aprender: Uso del lenguaje como herramienta para el aprendizaje <i>(Educación física:</i>	Explicación y opinión: <i>(Educación física: diálogo, diario, explicación de la estrategia del juego o preguntas esenciales)</i>
-----	---	--

2023 ~ 2024
Educación Física de 4º grado ~ Año a un vistazo

	<i>diario, carteras</i>	
Matemáticas	Suma y resta (<i>Educación: conteo y tanteo</i>)	Medición: (<i>Educación física: podómetros, registros de actividad, estimación, evaluación de aptitud, cálculo de distancia, tiempo y ritmo</i>)
Estudios Sociales	Juegos, actividades, rituales y danza por cultura y región geográfica	
Ciencias	Comparar (<i>Educación física: efectos de la actividad física en los sistemas corporales y consecuencias del estilo de vida sedentario</i>)	