

2023 ~ 2024
Educación Física de 5º grado ~ Año a un vistazo

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

Competencias y comprensión del movimiento	<p style="text-align: center;">Aprendizaje de juegos para la comprensión: Territorial e invasión, red y pared, blanco, golpe y defensa</p> <p><i>(competencia de habilidad para participar en una variedad de juegos y deportes; impacto del desarrollo de habilidades en los principios de movimiento: forma, tiempo, energía, espacio y flujo; analizar y corregir errores en locomotor, habilidades no locomotoras y manipuladoras; analizar y utilizar estrategias ofensivas y defensivas básicas; aplicar reglas en juegos y actividades modificados; una variedad de juegos y actividades de cada categoría de juego)</i></p> <p style="text-align: center;">15 - 18 lecciones</p>	<p style="text-align: center;">Danza, volteretas & gimnasia</p> <p><i>(gimnasia simple, rutinas de voltereta o danza combinando una variedad de habilidades motoras que demuestran forma madura, transferencia de peso y transiciones suaves; cambios intencionales en dirección, velocidad y flujo; analizar y realizar una variedad de danza social, folk, cuadrada, contemporánea, jazz o creativa)</i></p> <p style="text-align: center;">9 - 12 lecciones</p>	<p style="text-align: center;">Aprendizaje de juegos para la comprensión: Territorial y invasión, red y pared, blanco, golpe y defensa</p> <p><i>(competencia de habilidad para participar en una variedad de juegos y deportes; impacto del desarrollo de habilidades en los principios de movimiento: forma, tiempo, energía, espacio y flujo; analizar y corregir errores en locomotor, habilidades no locomotoras y manipuladoras; analizar y utilizar estrategias ofensivas y defensivas básicas; aplicar reglas en juegos y actividades modificados; una variedad de juegos y actividades de cada categoría de juego)</i></p> <p style="text-align: center;">24 - 27 lecciones</p>	
	<p>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</p> <p>Comprender conceptos de fuerza, conciencia espacial y relaciones: Integrado con todas las actividades locomotoras, no locomotoras y manipuladoras, cuando sea apropiado</p> <p>Mejorar: El uso de comentarios para mejorar el rendimiento (evaluación por pares para reconocer y evaluar los elementos críticos del movimiento; retroalimentación constructiva)</p>			
Bienestar físico y personal	<p>Establecimiento de metas para la aptitud: Prueba previa de FitnessGram (establecimiento de objetivos a corto y largo plazo; planificación para la mejora)</p> <p style="text-align: center;">4 - 6 lecciones</p>	<p style="text-align: center;">El principio F.I.T.T y los componentes de la aptitud relacionada con la salud</p> <p><i>(integrado dentro de todas las actividades cuando sea apropiado: principios básicos de entrenamiento; respuesta del cuerpo al ejercicio incluyendo pulso antes, durante y después del ejercicio, respiración, temperatura corporal, zona de entrenamiento de recursos humanos, diferencia entre el ejercicio aeróbico y anaeróbico, ejercicios para mejorar cada área de la salud relacionada con la aptitud, intensidad en función del esfuerzo percibido)</i></p> <p style="text-align: center;">48 - 52 lecciones</p>		<p style="text-align: center;">Evaluación de los objetivos para la aptitud: Prueba posterior de FitnessGram (evaluación de objetivos)</p> <p style="text-align: center;">4 - 6 lecciones</p>
	<p style="text-align: center;">Nutrición (hábitos y comportamientos que conducen a opciones alimentarias saludables, normas y directrices federales en materia de nutrición, diferencia entre el consumo descontrolado y los trastornos alimenticios)</p> <p style="text-align: center;">3 - 6 lecciones</p>		<p style="text-align: center;">Tabaco y otras drogas (evaluación de la credibilidad de la información sobre el consumo de tabaco y humo de segunda mano, los peligros de los productos de tabaco y la exposición al humo de segunda mano, las estrategias de evitación, el uso adecuado de medicamentos sin receta y venta libre)</p> <p style="text-align: center;">3 - 6 lecciones</p>	
Bienestar emocional y social	<p style="text-align: center;">EQUIPO: Juntos, todo el mundo logra más</p> <p><i>(actividades de creación de equipos)</i></p> <p style="text-align: center;">4 - 6 lecciones</p>	<p style="text-align: center;">Manejo del estrés</p> <p><i>(Maneras seguras y saludables de enfrentar la presión negativa de pares en la actividad física)</i></p> <p style="text-align: center;">1 - 2 lecciones</p>	<p style="text-align: center;">Elementos de la buena deportividad</p> <p><i>(atributos de la buena deportividad; identificar ejemplos positivos y negativos; honrar el juego; inclusión & cooperación; respetar a los compañeros de equipo, oponentes y funcionarios del juego; poseer el comportamiento de uno; ganar y perder en formas socialmente aceptables)</i></p> <p style="text-align: center;">Planificado e integrado intencionalmente en todas las actividades cuando sea apropiado</p>	
	<p>Conceptos de autodirección, autocontrol, cooperación, inclusión, comunicación respetuosa y resolución de problemas: Incorporado en todas las actividades cuando sea apropiado</p>			
Prevención y gestión de riesgos	<p>Empezar con buen pie (Reglas y procedimientos del salón)</p> <p style="text-align: center;">1 - 2 lecciones</p>	<p style="text-align: center;">Control de movimiento para la participación segura en la actividad física</p> <p><i>(factores de seguridad para diversas actividades y áreas; técnicas adecuadas de calentamiento y enfriamiento y su papel en la preparación del cuerpo para la actividad física y la prevención de lesiones)</i></p> <p style="text-align: center;">Planificado e integrado intencionalmente en todas las actividades cuando sea apropiado</p>		

ELA	<p>Lectura y escritura para aprender: Uso del lenguaje como herramienta para el aprendizaje (Educación física: diario, carteras)</p>	<p>Expresión: (Educación física: resumir el juego; comprensión de las tácticas de juego)</p>	<p>Persuasión: (Educación física: diálogo y discusión de cuestiones esenciales; de acuerdo o en desacuerdo)</p>	
Matemáticas	<p>Suma y resta (Educación física: conteo y tanteo)</p>	<p>Medición: (Educación física: podómetros, registros de actividad, estimación, evaluación de aptitud, cálculo de distancia, tiempo y ritmo)</p>		

2023 ~ 2024
Educación Física de 5º grado ~ Año a un vistazo

Estudios sociales	Revolución americana <i>(nov. - marzo)</i>	Juegos, actividades, rituales y danza por cultura y región geográfica
Ciencias	Sistemas del cuerpo <i>(Educación física: muscular, circulatorio, respiratorio)</i>	Cambiar y crecer