

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

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

<b>Competencias y comprensión del movimiento</b>	<p style="text-align: center;"><b>Aprendizaje de juegos para la comprensión: Territorial e invasión, red y pared, blanco, golpe y defensa</b> <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> <b>15 - 18 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Danza, volteretas &amp; gimnasia</b> <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> <b>9 - 12 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Aprendizaje de juegos para la comprensión: Territorial y invasión, red y pared, blanco, golpe y defensa</b> <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> <b>24 - 27 lecciones</b></p>	
	<p><b>Elementos de la aptitud relacionada con la habilidad (velocidad, agilidad, equilibrio, tiempo de reacción, coordinación y potencia):</b> Integrado con todas las actividades locomotoras, no locomotoras y manipuladoras, cuando sea apropiado  <b>Comprender conceptos de fuerza, conciencia espacial y relaciones:</b> Integrado con todas las actividades locomotoras, no locomotoras y manipuladoras, cuando sea apropiado  <b>Mejorar: El uso de comentarios para mejorar el rendimiento</b> (evaluación por pares para reconocer y evaluar los elementos críticos del movimiento; retroalimentación constructiva)</p>			
<b>Bienestar físico y personal</b>	<p><b>Establecimiento de metas para la aptitud: Prueba previa de FitnessGram</b> (establecimiento de objetivos a corto y largo plazo; planificación para la mejora) <b>4 - 6 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>El principio F.I.T.T y los componentes de la aptitud relacionada con la salud</b> <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> <b>48 - 52 lecciones</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>Evaluación de los objetivos para la aptitud: Prueba posterior de FitnessGram</b> <i>(evaluación de objetivos)</i> <b>4 - 6 lecciones</b></p>
	<p style="text-align: center;"><b>Nutrición</b> (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) <b>3 - 6 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Tabaco y otras drogas</b> (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) <b>3 - 6 lecciones</b></p>		
<b>Bienestar emocional y social</b>	<p><b>EQUIPO: Juntos, todo el mundo logra más</b> <i>(actividades de creación de equipos)</i> <b>4 - 6 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Manejo del estrés</b> <i>(Maneras seguras y saludables de enfrentar la presión negativa de pares en la actividad física)</i> <b>1 - 2 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Elementos de la buena deportividad</b> <i>(atributos de la buena deportividad; identificar ejemplos positivos y negativos; honrar el juego; inclusión &amp; 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> <b>Planificado e integrado intencionalmente en todas las actividades cuando sea apropiado</b></p>	
	<p><b>Conceptos de autodirección, autocontrol, cooperación, inclusión, comunicación respetuosa y resolución de problemas:</b> Incorporado en todas las actividades cuando sea apropiado</p>			
<b>Prevención y gestión de riesgos</b>	<p><b>Empezar con buen pie</b> <i>(Reglas y procedimientos del salón)</i> <b>1 - 2 lecciones</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Control de movimiento para la participación segura en la actividad física</b> <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> <b>Planificado e integrado intencionalmente en todas las actividades cuando sea apropiado</b></p>		

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

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