

**ESCUELA FISCAL
“ANTONIO ANTES”**

**AÑO LECTIVO
2025-2026**

PLANIFICACIÓN CURRICULAR ANUAL DE UNIDAD DIDÁCTICA O PARCIAL

1) Datos informativos

Docente:	Ing. Carolina Moran	Área:	Corporal, Física, Recreativa
Asignatura:	Educación Física	Grado:	Cuarto
N° Unidades:	6	N° Semanas:	53
Paralelo:	A-B-C	Evaluated:	
Fecha de Inicio:	23/06/2025	Fecha de Fin:	23/06/2026

2) CONTENIDO CURRICULAR POR UNIDAD

Unidad 1: Habilidades Motrices Básicas y Juegos Tradicionales				
Objetivos específicos	Contenidos	Orientaciones metodológicas	Criterios de evaluación	Indicadores de evaluación
<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.1.1. Desarrollar la coordinación óculo-manual. • OB.EF.1.2. Mejorar la precisión en lanzamientos y recepciones. • OB.EF.1.3. Dominar la carrera, salto y desplazamiento lateral. • OB.EF.1.4. Aumentar la capacidad de 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.1.1. Lanzamientos y recepciones con diferentes objetos (pelota, balón, frisbee). • CO.EF.1.2. Carrera de relevos y juegos de persecución. • CO.EF.1.3. Saltos de longitud y altura. • CO.EF.1.4. Desplazamientos laterales (esquivas y fintas). 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.1.1. Juegos y actividades lúdicas. • OM.EF.1.2. Ejercicios de práctica repetitiva. • OM.EF.1.3. Retroalimentación individual y grupal. • OM.EF.1.4. Demostraciones y explicaciones. • OM.EF.1.5. Trabajo en parejas y equipos. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.1.1. Ejecución correcta de los lanzamientos y recepciones. • CE.EF.1.2. Participación activa en los juegos y actividades. • CE.EF.1.3. Respeto de las normas y de los compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.1.1. Precisión en los lanzamientos y recepciones. • IE.EF.1.2. Rapidez y agilidad en los desplazamientos. • IE.EF.1.3. Dominio de las reglas de los juegos. • IE.EF.1.4. Trabajo en equipo eficaz.

reacción ante estímulos. • OB.EF.1.5. Aplicar las reglas de juegos tradicionales. • OB.EF.1.6. Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación. • OB.EF.1.7. Desarrollar el respeto a las normas y a los compañeros.	• CO.EF.1.5. Reglas y variantes de juegos tradicionales (rayuela, elástico, trompo). • CO.EF.1.6. Ejercicios de coordinación óculo-manual. • CO.EF.1.7. Juegos cooperativos.	• OM.EF.1.6. Uso de material diverso y adaptado. • OM.EF.1.7. Adaptación de las actividades a las necesidades individuales.	• CE.EF.1.4. Cooperación y trabajo en equipo. • CE.EF.1.5. Capacidad de adaptación a diferentes situaciones. • CE.EF.1.6. Mejora en la coordinación y precisión. • CE.EF.1.7. Capacidad de resolución de problemas.	• IE.EF.1.5. Respeto a las normas y a los compañeros. • IE.EF.1.6. Mejora en la coordinación óculo-manual. • IE.EF.1.7. Capacidad de adaptación a las dificultades. • IE.EF.1.8. Duracion 4
--	--	--	--	--

Unidad 2: Gimnasia y Expresión Corporal				
Objetivos específicos	Contenidos	Orientaciones metodológicas	Criterios de evaluación	Indicadores de evaluación
• OB.EF.2.1. Mejorar la flexibilidad y la elasticidad. • OB.EF.2.2. Desarrollar la fuerza y la resistencia. • OB.EF.2.3. Aumentar el equilibrio y la coordinación. • OB.EF.2.4. Expresar emociones y sentimientos a través del movimiento.	• CO.EF.2.1. Ejercicios de flexibilidad (estiramientos). • CO.EF.2.2. Ejercicios de fuerza (abdominales, flexiones). • CO.EF.2.3. Ejercicios de equilibrio (posturas, pasos). • CO.EF.2.4. Coreografías sencillas. • CO.EF.2.5. Improvisaciones con música.	• OM.EF.2.1. Exposición y demostración. • OM.EF.2.2. Práctica individual y grupal. • OM.EF.2.3. Feedback individualizado. • OM.EF.2.4. Motivación y refuerzo positivo. • OM.EF.2.5. Uso de música y recursos visuales.	• CE.EF.2.1. Ejecución correcta de los ejercicios. • CE.EF.2.2. Mejora en la flexibilidad, fuerza y equilibrio. • CE.EF.2.3. Participación activa y creativa en las actividades. • CE.EF.2.4. Expresión corporal fluida y adecuada.	• IE.EF.2.1. Correcta realización de los estiramientos. • IE.EF.2.2. Mejora de la fuerza muscular. • IE.EF.2.3. Equilibrio y control corporal. • IE.EF.2.4. Fluidez en la expresión corporal. • IE.EF.2.5. Capacidad creativa en las improvisaciones.

<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.2.5. Desarrollar la creatividad y la imaginación. • OB.EF.2.6. Aumentar la conciencia corporal. • OB.EF.2.7. Mejorar la postura corporal. 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.2.6. Juegos de expresión corporal. • CO.EF.2.7. Ejercicios de relajación. 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.2.6. Adaptación de las actividades a las capacidades. • OM.EF.2.7. Creación de rutinas sencillas. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.2.5. Respeto por las indicaciones. • CE.EF.2.6. Trabajo colaborativo. • CE.EF.2.7. Autoevaluación de la propia expresión corporal. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.2.6. Respeto por las normas grupales. • IE.EF.2.7. Autoevaluación honesta. • IE.EF.2.8. Duracion 4
---	--	--	--	--

Unidad 3: Deportes de Invasión: Baloncesto				
Objetivos específicos	Contenidos	Orientaciones metodológicas	Criterios de evaluación	Indicadores de evaluación
<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.3.1. Conocer las reglas básicas del baloncesto. • OB.EF.3.2. Desarrollar habilidades específicas del baloncesto (bote, pase, tiro). • OB.EF.3.3. Mejorar la coordinación y la agilidad. • OB.EF.3.4. Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación. • OB.EF.3.5. Desarrollar estrategias básicas de juego. • OB.EF.3.6. Respetar las reglas del juego y a los compañeros. • OB.EF.3.7. Practicar el juego limpio. 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.3.1. Reglas básicas del baloncesto. • CO.EF.3.2. Técnicas de bote. • CO.EF.3.3. Técnicas de pase. • CO.EF.3.4. Técnicas de tiro. • CO.EF.3.5. Desplazamientos en la cancha. • CO.EF.3.6. Estrategias básicas de ataque y defensa. • CO.EF.3.7. Juego amistoso de baloncesto. 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.3.1. Ejercicios de práctica repetitiva. • OM.EF.3.2. Juegos y actividades lúdicas. • OM.EF.3.3. Retroalimentación individual y grupal. • OM.EF.3.4. Demostraciones y explicaciones. • OM.EF.3.5. Trabajo en equipos. • OM.EF.3.6. Partidos y simulaciones de juego. • OM.EF.3.7. Adaptación a diferentes niveles. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.3.1. Conocimiento de las reglas básicas. • CE.EF.3.2. Ejecución correcta de las habilidades básicas. • CE.EF.3.3. Participación activa en el juego. • CE.EF.3.4. Trabajo en equipo y cooperación. • CE.EF.3.5. Respeto por las reglas y los compañeros. • CE.EF.3.6. Estrategias básicas de juego. • CE.EF.3.7. Juego limpio. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.3.1. Identificación de las reglas del juego. • IE.EF.3.2. Precisión en el bote, pase y tiro. • IE.EF.3.3. Coordinación y agilidad en los desplazamientos. • IE.EF.3.4. Participación activa y responsable en el juego. • IE.EF.3.5. Respeto hacia los compañeros y el arbitraje. • IE.EF.3.6. Aplicación de estrategias básicas. • IE.EF.3.7. Comportamiento deportivo y responsable. • IE.EF.3.8. Duracion 4

Unidad 4: Deportes de Raqueta: Bádminton				
Objetivos específicos	Contenidos	Orientaciones metodológicas	Criterios de evaluación	Indicadores de evaluación
<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.4.1. Conocer las reglas básicas del bádminton. • OB.EF.4.2. Desarrollar habilidades específicas (golpes de derecha, revés, saque). • OB.EF.4.3. Mejorar la coordinación óculo-manual y la precisión. • OB.EF.4.4. Desarrollar la estrategia individual y la anticipación. • OB.EF.4.5. Fomentar el respeto a las reglas y al adversario. • OB.EF.4.6. Practicar el juego limpio y la deportividad. • OB.EF.4.7. Desarrollar la resistencia física. 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.4.1. Reglas básicas del bádminton. • CO.EF.4.2. Empuñadura y agarre de la raqueta. • CO.EF.4.3. Golpes básicos (saque, derecha, revés). • CO.EF.4.4. Desplazamientos en la cancha. • CO.EF.4.5. Estrategias básicas de juego individual. • CO.EF.4.6. Juego amistoso de bádminton. • CO.EF.4.7. Ejercicios de resistencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.4.1. Ejercicios de práctica repetitiva. • OM.EF.4.2. Juegos y actividades lúdicas. • OM.EF.4.3. Retroalimentación individual y grupal. • OM.EF.4.4. Demostraciones y explicaciones. • OM.EF.4.5. Trabajo individual y en parejas. • OM.EF.4.6. Partidos y simulaciones de juego. • OM.EF.4.7. Adaptación a los diferentes niveles. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.4.1. Conocimiento de las reglas. • CE.EF.4.2. Ejecución correcta de los golpes básicos. • CE.EF.4.3. Precisión y coordinación óculo-manual. • CE.EF.4.4. Estrategias de juego. • CE.EF.4.5. Respeto al adversario y a las reglas. • CE.EF.4.6. Juego limpio. • CE.EF.4.7. Resistencia física. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.4.1. Conocimiento y aplicación de las reglas. • IE.EF.4.2. Ejecución precisa de los golpes básicos. • IE.EF.4.3. Coordinación entre ojos y manos. • IE.EF.4.4. Estrategias efectivas durante el juego. • IE.EF.4.5. Respeto al adversario y deportividad. • IE.EF.4.6. Juego limpio y sin protestas. • IE.EF.4.7. Resistencia durante el juego. • IE.EF.4.8. Duracion 4

Unidad 5: Atletismo: Velocidad y Resistencia				
Objetivos específicos	Contenidos	Orientaciones metodológicas	Criterios de evaluación	Indicadores de evaluación

<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.5.1. Desarrollar la velocidad y la potencia. • OB.EF.5.2. Mejorar la resistencia cardiovascular. • OB.EF.5.3. Aumentar la capacidad pulmonar. • OB.EF.5.4. Dominar técnicas de carrera. • OB.EF.5.5. Aplicar estrategias de carrera. • OB.EF.5.6. Fomentar el trabajo individual y en grupo. • OB.EF.5.7. Desarrollar la autosuperación. 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.5.1. Carrera de velocidad (100m, 200m). • CO.EF.5.2. Carrera de resistencia (800m, 1500m). • CO.EF.5.3. Técnicas de salida y carrera. • CO.EF.5.4. Ejercicios de velocidad y resistencia. • CO.EF.5.5. Ejercicios de calentamiento y enfriamiento. • CO.EF.5.6. Juegos y actividades lúdicas. • CO.EF.5.7. Actividades de autosuperación. 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.5.1. Ejercicios de práctica repetitiva. • OM.EF.5.2. Cronometraje y registro de tiempos. • OM.EF.5.3. Juegos y actividades lúdicas. • OM.EF.5.4. Retroalimentación individual y grupal. • OM.EF.5.5. Demostraciones y explicaciones. • OM.EF.5.6. Trabajo individual y en grupo. • OM.EF.5.7. Motivación y refuerzo positivo. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.5.1. Mejora en la velocidad y la resistencia. • CE.EF.5.2. Ejecución correcta de las técnicas de carrera. • CE.EF.5.3. Participación activa en las actividades. • CE.EF.5.4. Respeto a las normas y a los compañeros. • CE.EF.5.5. Mejora en la capacidad cardiovascular y pulmonar. • CE.EF.5.6. Superación personal. • CE.EF.5.7. Trabajo en equipo. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.5.1. Mejora en los tiempos de carrera. • IE.EF.5.2. Correcta ejecución de las técnicas de carrera. • IE.EF.5.3. Participación entusiasta en todas las actividades. • IE.EF.5.4. Respeto a las normas y a los compañeros. • IE.EF.5.5. Mejora en la capacidad cardiovascular y pulmonar. • IE.EF.5.6. Evidencia de superación personal. • IE.EF.5.7. Trabajo colaborativo. • IE.EF.5.8. Duracion 4
--	---	---	--	--

Unidad 6: Natación y Actividades Acuáticas				
Objetivos específicos	Contenidos	Orientaciones metodológicas	Criterios de evaluación	Indicadores de evaluación
<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.6.1. Desarrollar habilidades básicas de natación (flotación, desplazamiento). • OB.EF.6.2. Aumentar la confianza en el agua. • OB.EF.6.3. Mejorar la coordinación y el equilibrio. 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.6.1. Ejercicios de flotación. • CO.EF.6.2. Ejercicios de desplazamiento en el agua. 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.6.1. Ejercicios de práctica repetitiva. • OM.EF.6.2. Juegos y actividades lúdicas. • OM.EF.6.3. Retroalimentación individual y grupal. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.6.1. Capacidad de flotación. • CE.EF.6.2. Desplazamiento en el agua. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.6.1. Flotación correcta y mantenida. • IE.EF.6.2. Desplazamiento fluido y coordinado. • IE.EF.6.3. Ejecución de técnicas básicas de nado.

<ul style="list-style-type: none"> • OB.EF.6.4. Desarrollar la resistencia cardiovascular. • OB.EF.6.5. Conocer las normas de seguridad en el agua. • OB.EF.6.6. Practicar el trabajo en equipo. • OB.EF.6.7. Aumentar la capacidad pulmonar. 	<ul style="list-style-type: none"> • CO.EF.6.3. Técnicas básicas de nado (crol, espalda). • CO.EF.6.4. Juegos y actividades acuáticas. • CO.EF.6.5. Normas de seguridad en el agua. • CO.EF.6.6. Ejercicios de respiración. • CO.EF.6.7. Juegos cooperativos en el agua. 	<ul style="list-style-type: none"> • OM.EF.6.4. Demostraciones y explicaciones. • OM.EF.6.5. Trabajo individual y en grupo. • OM.EF.6.6. Uso de material específico (flotadores, tablas). • OM.EF.6.7. Adaptación a las necesidades individuales. 	<ul style="list-style-type: none"> • CE.EF.6.3. Ejecución de técnicas básicas de nado. • CE.EF.6.4. Respeto de las normas de seguridad. • CE.EF.6.5. Participación activa en las actividades. • CE.EF.6.6. Trabajo en equipo. • CE.EF.6.7. Mejora en la capacidad cardiovascular. 	<ul style="list-style-type: none"> • IE.EF.6.4. Respeto por las indicaciones de seguridad. • IE.EF.6.5. Participación activa y entusiasta. • IE.EF.6.6. Trabajo en equipo eficaz. • IE.EF.6.7. Mejora en la resistencia y la capacidad pulmonar. • IE.EF.6.8. Duracion 4
---	---	---	--	---

ELABORADO	REVISADO	APROBADO
Docente(s): Ing. Carolina Moran	Director(a) de Área:	Vicerrector
<div></div> <div>Firma</div>		<div></div> <div>Firma</div>
Fecha: 23-06-2026		Fecha: 23-06-2026

