



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA

MALLAS CURRICULARES

TERCERO

ÁREA:		GRADO:	Tercero	AÑO: 2026	PERIODO	I
EJE GENERADOR:	El movimiento como base del desarrollo corporal y motriz					
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN	
Demuestra dominio de su cuerpo al ejecutar secuencias de movimiento con fluidez, ritmo y coordinación, promoviendo hábitos de acondicionamiento físico.	Reconoce y ejecuta ejercicios de acondicionamiento físico, incluyendo estiramientos y secuencias de movimientos, mejorando su coordinación y control corporal en actividades lúdicas y deportivas.	Acondicionamiento físico: estiramientos, coordinación, secuencias.	- Explica la importancia del acondicionamiento físico para el cuerpo y su impacto en la movilidad y bienestar. - Ejecuta correctamente ejercicios de estiramiento y secuencias de movimientos, mostrando coordinación y control corporal. - Participa activamente en las actividades físicas con entusiasmo, respetando su cuerpo	- Se diseñará un circuito con estaciones donde los estudiantes realicen diferentes actividades: - Estación de estiramientos: Siguiendo una rutina guiada. - Estación de coordinación: Juegos de desplazamiento con obstáculos. - Estación de secuencias: Repetición de patrones rítmicos y movimientos encadenados. - Se fomentará la autoevaluación y la coevaluación a través de la observación entre compañeros.	- Observación directa del desempeño motor en cada estación del circuito. - Rúbrica de autoevaluación donde el estudiante valore su ejecución y esfuerzo. - Registro de participación y actitud durante la sesión.	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA

			y el de sus compañeros.		
--	--	--	----------------------------	--	--

ÁREA:		GRADO:	Tercero	AÑO: 2025	PERIODO	II
EJE GENERADOR:		El movimiento como base del desarrollo motriz y la coordinación en actividades físicas.				
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN	
Coordina movimientos motrices generales y específicos, integrando los sentidos y el cuerpo en actividades físicas y recreativas.	Reconoce y ejecuta movimientos básicos coordinando la visión, la audición y la motricidad en actividades lúdicas y deportivas.	- Conductas motrices - Coordinación viso manual. - Coordinación auditiva motriz.	- Explica la importancia de la coordinación motriz en la ejecución de actividades físicas y juegos. - Realiza ejercicios de coordinación viso-manual y auditiva-motriz a través de juegos y actividades recreativas. - Participa activamente en las actividades, respetando a sus compañeros y demostrando interés por mejorar sus habilidades motrices.	Se organiza un recorrido con diferentes estaciones que trabajan la coordinación viso-manual (como lanzar y atrapar pelotas), la coordinación auditiva-motriz (como seguir instrucciones rítmicas) y conductas motrices básicas (como saltos y desplazamientos) .	Observación estructurada: Se evaluará el progreso de los estudiantes mediante listas de cotejo, considerando precisión, ritmo y fluidez en la ejecución de los movimientos. Además, se fomentará la autoevaluación y la coevaluación para reflexionar sobre el desempeño propio y el de los compañeros.	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA

ÁREA:		GRADO:	Tercero		AÑO: 2025		PERIODO	III
EJE GENERADOR:		Desarrollo de la coordinación y el ritmo a través del movimiento.						
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA		D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS		EVALUACIÓN	
Demuestra control y fluidez en movimientos rítmicos, coordinando su cuerpo con objetos y el espacio de manera armoniosa.		Identifica y ejecuta secuencias rítmicas combinando movimientos con diferentes objetos (balones, aros y lazos) para mejorar su coordinación y control corporal.	- Actividades dinámicas de ritmo. - Actividades con balones, aros, lazos.	- Reconoce la importancia del ritmo y la coordinación en la ejecución de actividades físicas con objetos. - Realiza secuencias de movimientos rítmicos utilizando balones, aros y lazos con precisión y fluidez. - Participa activamente en las actividades, demostrando respeto por los turnos y la cooperación con sus compañeros.	Se organiza un circuito de estaciones donde los niños realizan movimientos siguiendo diferentes ritmos (rápido, lento, moderado), utilizando balones, aros y lazos. Se refuerza la conciencia rítmica con música y palmadas para mejorar la sincronización.		- Observación directa de la ejecución de movimientos con ritmo y coordinación. - Rúbrica para valorar precisión en movimientos, fluidez y participación. - Autoevaluación con preguntas sencillas sobre cómo se sintieron al realizar los ejercicios y qué mejorarían.	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA

ÁREA:		GRADO:	Tercero	AÑO: 2025	PERIODO	IV
EJE GENERADOR:		Desarrollo de habilidades motoras y aprovechamiento del tiempo libre a través del juego.				
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN	
Participa en juegos y actividades físicas que le permiten fortalecer sus habilidades motrices, demostrando control y adaptación del movimiento en diferentes situaciones.	Desarrolla habilidades de manipulación y locomoción a través de actividades lúdicas, promoviendo la coordinación, el equilibrio y la exploración del movimiento en diferentes espacios y situaciones.	- Habilidades de manipulación y locomoción: caminar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, subir, bajar, trepar, rodar, pararse, caer, esquivar, entre otras. - Juego y tiempo libre.	- Reconoce la importancia del juego y el movimiento en su desarrollo físico y bienestar. - Ejecuta desplazamientos, saltos y maniobras de manipulación con precisión y coordinación en diferentes juegos y actividades recreativas. - Participa con entusiasmo y respeto en actividades lúdicas, demostrando cooperación y trabajo en equipo.	Se implementarán circuitos motores, juegos de persecución, estaciones de destrezas y retos de locomoción y manipulación, favoreciendo la exploración y el disfrute del movimiento.	- Observación directa: Se registrará el nivel de coordinación, equilibrio y control motor en las actividades. - Autoevaluación: Los niños reflexionarán sobre sus avances y experiencias en el juego. - Rúbrica de desempeño: Se valorará la precisión en la ejecución de los movimientos, la participación activa y la actitud colaborativa.	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN

PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA