



**COLEGIO ANDINO
DEUTSCHE SCHULE**

Kurz Version - Curriculum für Sport in der Jahrgangsstufe
Currículo de deporte para los cursos 5°

Jahrgang	Themas - Temas	1. Semestre
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de cualidades Físicas básicas • Gimnasia básica • Juegos Pre deportivos • Voleibol • Futbol 		
<p>Fachkompetenzen – Competencias específicas del área</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar ejercicios de rodar hacia atrás, adelante con planos inclinados, colchonetas • Ejecutar ejercicios de equilibrio dinámico y estático por grupos • Realizar ejercicios de saltos en minitramp, con y sin cajón, individual y por parejas. • Diseñar rutinas de ejercicios que conduzcan al mejoramiento de sus cualidades físicas. • Poner en práctica los ejercicios para el buen desarrollo de las habilidades básicas de gimnasia. • Conformar equipos para participar en los relevos creativos. • Saltar correr y lanzar teniendo en cuenta los fundamentos y su técnica básica. 	<p>Allgemeine Kompetenzen – Competencias generales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar ejercicios en el suelo • Desarrollar ejercicios de equilibrio dinámico y estático • Aprender ejercicios de control corporal • Ejecutar ejercicios con minitramp y cajón sueco • Desarrollar y ejecutar fundamentos básicos de la gimnasia. • Desarrollar aptitudes y habilidades en el manejo del cuerpo. • Conocer y aplicar ejercicios básicos de la gimnasia en aparatos. • Interiorizar el esquema corporal • Reconocer e identificar las cualidades Físicas básicas. • Desarrollo de cualidades físicas básicas para un mejor desempeño en los deportes 	

Jahrgang	Themas - Temas	2. Semestre
<ul style="list-style-type: none"> - Natación - Bundesjugendspiele 		
<p>Fachkompetenzen – Competencias específicas del área</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar los fundamentos básicos del nivel que corresponda. • Realiza y participa en los juegos acordes a la actividad • Aplicar correctamente los fundamentos de las brazadas y patada de libre y espalda. • Por medio de grupos los alumnos pueden ejecutar las pruebas que están involucradas en los bundesjugendspiele. • De forma individual ejecuta pruebas de los bundesjugendspiele • En forma de relevos y formas jugadas ejecutan pruebas de bundesjugendspiele. • Por medio de toma de tiempos y mediciones el alumno analiza su rendimiento en pruebas de los bundesjugendspiele. 	<p>Allgemeine Kompetenzen – Competencias generales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer y aplicar los fundamentos básicos de los estilos espalda y libre en la natación. • Identificar los estilos de natación que vean en el curso. • Ejecutar las globalidades de los estilos vistos en el ciclo de natación. • Analizar y aplicar sus propias condiciones de dominio sobre la natación. • Analiza y reconoce sus dificultades con los estilos libre espalda, globalidad de pecho. • Identifican las pruebas que van a realizar en los bundesjugendspiele • Ejecutan la pruebas de los bundesjugendspiele. • Conocimiento de las reglas básicas de las pruebas de los bundesjugendspiele 	