



PLAN DE ÁREA:
EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

2016



TABLA DE CONTENIDO

- Portada
- Tabla de contenido
- 1. Introducción
- 2. Justificación
- 3. Diagnóstico
- 4. Referentes Legales
- 5. Referentes del Área
- 6. Políticas del Área Metodológicas y Evaluativas
- 7. Referentes Modelo Pedagógico
- 8. Recursos
- 9. Esquema Curricular
 - a) Esquema Curricular Preescolar
 - b) Esquema Curricular Primero
 - c) Esquema Curricular Segundo
 - d) Esquema Curricular Tercero
 - e) Esquema Curricular Cuarto
 - f) Esquema Curricular Quinto
 - g) Esquema Curricular Sexto
 - h) Esquema Curricular Séptimo
 - i) Esquema Curricular Octavo
 - j) Esquema Curricular Noveno
 - k) Esquema Curricular Décimo
 - l) Esquema Curricular Undécimo
 - m) Esquema Curricular Clei 3
 - n) Esquema Curricular Clei 4
 - o) Esquema Curricular Clei 5
 - p) Esquema Curricular Clei 6
- 10. Bibliografía –Cibergrafía



1. INTRODUCCIÓN

Se plantea desde el modelo pedagógico una formación desde lo humanista, en donde los estudiantes tienen una formación integral para la vida, es decir todas las áreas del conocimiento apuntan hacia esa meta, y la Educación física no debe ser la excepción, por eso se pretende desde el eje central del área dinamizar y canalizar todas las actividades hacia este propósito.

Se aborda el desarrollo de los contenidos desde cuatro componentes o dimensiones (expresión corporal – acondicionamiento físico general – desarrollo deportivo – cuerpo y mundo) que dan cuenta de los estándares pretendidos y se van desarrollando a lo largo del periodo de escolarización del estudiante a través de los criterios de desempeño.

La educación física se encarga del reconocimiento de la exploración y educación del propio cuerpo, estimulando desde el preescolar el esquema corporal, el ajuste postural y la coordinación. En la primaria el trabajo se enfatiza en el desarrollo de las capacidades coordinativas tomando como base la coordinación dinámica general a través del control del cuerpo y su relación con y sin pequeños elementos.

En la básica secundaria se proyecta una fundamentación técnica de los diferentes gestos deportivos de los deportes básicos y se da inicio al trabajo de las capacidades condicionales, básicamente en lo referente al trabajo con el propio cuerpo y sin incluir cargas externas.

En los grados 10° y 11° se fortalece la fundamentación táctica en los deportes vistos, se realiza la orientación sobre trabajos específicos de proyección a la comunidad y se entregan las bases para la organización de eventos deportivos y recreativos, dentro y fuera de la institución.

En lo concerniente a la metodología, una parte de la clase se destina al componente teórico y en él se abordan los temas específicos de cada grado referentes al área; un segundo componente se utiliza en el trabajo de acondicionamiento físico general y en tercer lugar queda el espacio para la práctica deportiva de acuerdo con los fundamentos que se están desarrollando en el periodo respectivo.

En otro apartado se amplía el tema de la infraestructura y da cuenta de la dificultad que genera la reducida cantidad de los recursos físicos y las consecuencias del poco espacio disponible para el desarrollo de las clases en los momentos en que se reúnen dos o tres grupos a la misma hora.

El sistema evaluativo institucional le da licencia al área para asumir la evaluación de los estudiantes en el área como un elemento de apoyo para el desarrollo físico integral desde el favorecimiento del ser, el saber y el hacer, por lo tanto la nota no se asigna como el resultado de un determinado tema, sino como producto de la construcción del conocimiento durante el periodo.



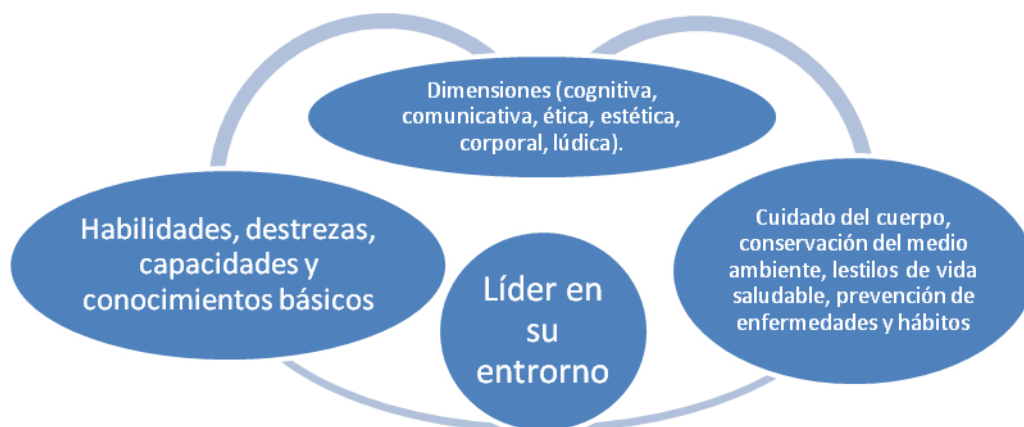
2. JUSTIFICACIÓN

Los principios de la Educación Física se derivan del hecho de que el desarrollo de la actividad motriz del hombre determina el equilibrio y la armonía entre la evolución de su mente, vitalidad orgánica y vigor corporal, para incidir en su entorno social. Las finalidades de esta área se centran en el desarrollo humano y social, en un proyecto educativo que privilegia la dignidad humana, la calidad de vida, el desarrollo de la cultura y el conocimiento, la capacidad de acción y la participación democrática. En ese sentido se desarrollaran temáticas en donde el estudiante demuestra habilidades, destrezas, capacidades y conocimientos básicos de los temas propuestos, además manifiesta agrado, satisfacción y respeto frente a las normas de la clase.

Se reconoce la educación física, recreación y deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica).

Estilos de vida, salud pública, prevención de adquisición de malos hábitos, recreación, medio ambiente, promover la práctica deportiva formativa, aprovechamiento del tiempo libre, acondicionamiento físico, La Educación física en nuestra Institución trasciende las barreras del culto al sudor, el relax o del deporte libre, para convertirse en el espacio generador de culturas alrededor del cuidado del cuerpo, la conservación del medio ambiente, los estilos de vida saludable, la prevención de enfermedades y hábitos de consumo adictivo, el aprovechamiento del tiempo libre, la promoción de la práctica deportiva como disciplina benéfica formativa y el acondicionamiento físico general.

Un estudiante líder en su entorno, capaz de incidir en los procesos de interpretación y transformación de subculturas como el sedentarismo, la obesidad y la nano – adicción, desde su discurso y desde la acción con elementos suficientemente fuertes a partir de los componentes teóricos y pragmáticos.





3. DIAGNOSTICO

En el contexto social y cultural de donde provienen nuestros estudiantes, se perciben intereses concretos hacia la recreación y el deporte en general. Son jóvenes apasionados... unos más, otros menos, pero en general los muchachos se encuentran en esta área motivaciones especialmente particulares como en ninguna otra. Los medios masivos de comunicación social han influido poderosamente en ellos, hasta el punto en que toman para sí ciertos arquetipos motores, verbales y hasta en el mismo vestir, en las diversas modalidades deportivas que hoy se tienen.

FORTALEZAS	DIFICULTADES
<p>Los estudiantes se sienten identificados en el deporte, lo llevan en la sangre y hace parte de las fibras más profundas de su ser; cada semana esperan felices el día y la hora de su clase para compartir con cierta libertad y espontaneidad lo Saben el deporte que más les agrada, tanto para quienes lo hacen bien, como para aquellos que les es extraño. Gozan, se sienten felices y se liberan energías negativas, el área en su parte práctica los renueva interiormente.</p> <p>La educación física se encarga desde preescolar en el reconocimiento de la exploración y educación del propio cuerpo, estimulando desde el preescolar el esquema corporal, el ajuste postural y la coordinación. En la primaria el trabajo se refuerza teniendo en cuenta los anteriores aspectos, a esto se le suma el desarrollo de las cualidades motrices de base y la iniciación deportiva.</p> <p>El colegio presenta una infraestructura física reglamentaria y adecuada para el normal desempeño en las diferentes modalidades deportivas tales como: balonmano, microfútbol, voleibol, baloncesto, tenis de mesa. Exigencias que plantean el deporte escolar y preparación.</p>	<p>Nuestros estudiantes provienen de estrato medio-bajo y bajo-bajo por la tanto carecen de recursos económicos, provienen de padres con poca preparación académica, pero con una conciencia deportiva arraigada, ven el área de Educación Física, como un lugar apropiado para la recreación y el deporte que contrarresta el ocio de sus hijos, disminuye la agresividad y rebeldía, ayudándoles a canalizar los ímpetus propios de su personalidad volátil por la edad por la que transitan. Además los prepara para llegar a ser glorias en el deporte si se lo proponen y aprovechan el área como un trampolín de lanzamiento.</p> <p>Los alumnos desde la básica primaria hasta la media vocacional presentan un regular desarrollo motriz , en las cualidades físicas como: flexibilidad, elasticidad , ritmo, coordinación y destrezas básicas</p>
OPORTUNIDADES	AMENAZAS
<p>En las prácticas deportivas se insiste sobre manera por un ambiente que favorezca la sana competencia poniendo en juego la voluntad que debe dirigir cada uno de los miembros del cuerpo sobre la base de la integridad física y psicológica, conservando la serenidad y la calma que a veces riñen con los acaloramientos.</p> <p>La Educación Física como área que integra el movimiento humano, tiene una profunda y significativa repercusión en la vida de los niños, adolescentes y jóvenes. Se trata del cuerpo humano, de ese sistema estructuralmente complejo que requiere formación y cuidado mediante de una formación e información teórica que le preceda a la práctica para encontrarle sentido y razón de ser.</p> <p>Los estudiantes durante la actividad de movimiento liberan energías represadas producto del estrés, la baja autoestima, traumas psicológicos, dificultades económicas y familiares, por lo tanto esta área del conocimiento es considerada como el espacio más propicio para expresar con libertad los sentimientos y de igual forma un área significativa en el campo de la realización personal social.</p>	<p>Debido a la heterogeneidad del personal, cada cual se inclina por una u otra práctica deportiva, buscando siempre sus propios intereses, gustos, identificación y capacidades.</p> <p>Los jóvenes entre 12 y 18 años en su mayoría con características propias de adolescentes, ya que la etapa de la pubertad queda atrás y le inquieta en primera instancia su maduración y ubicación sexual y social, lo más importante para estos jóvenes es ser aceptados por los amigos, el estudio puede interesarles poco o no importarles nada.</p> <p>El sedentarismo y las malas prácticas alimenticias, atentan contra la cultura de la actividad física que se pretende impulsar desde el área.</p> <p>Acciones como los videos juegos, la constante visita a las redes sociales, los problemas de convivencia familiar y las dificultades de orden ciudadanos en el entorno social, afectan el gusto por las actividades recreativas y deportivas.</p>



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

4. REFERENTES LEGALES

REFERENTE LEGAL	ARTÍCULOS	OBSERVACIONES
Constitución Política de Colombia	67	Derecho a la Educación. Acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.
	70	El Estado promoverá la investigación, la ciencia, el desarrollo y la difusión de los valores culturales de la Nación.
	71	La búsqueda del conocimiento y la expresión artística son libres.
	41	El estudio de la Constitución y la Instrucción Cívica.
Ley 115 del 8 febrero de 1994 Ley General de Educación	1	Objeto de la Ley.
	5	Fines de la Educación para educación preescolar, básica y media.
	10, 11	Educación formal.
	13	Objetivos comunes a todos los niveles
	14	Enseñanza obligatoria.
	15, 16, 17, 18	Definición educación preescolar, objetivos específicos y obligatoriedad.
	19, 20, 21, 22	Definición. Objetivos generales de la educación básica. Objetivos específicos básica primaria y básica secundaria.
	23	Áreas obligatorias y fundamentales para educación básica y media.
	24	Educación religiosa para educación básica y media.
	25	Formación ética y moral para educación preescolar, básica y media.
	26	Servicio especial de educación laboral.
	27, 28, 29, 30, 31	Definición. Objetivos específicos de la educación media académica. Áreas Obligatorias media académica.
	32, 33, 34, 35	Definición. Objetivos específicos de la educación media técnica. Áreas Obligatorias. Articulación Educación Superior.
	50, 51	Definición. Objetivos específicos educación para adultos.
	52	Validación.
	73	Proyecto educativo institucional.
	76, 78.	Currículo.
	79	Plan de estudios.
	88 y 89	Título académico.
Decreto 1860 del 3 de agosto de 1994 Reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994 en los aspectos pedagógicos y organizativos generales	1	Ámbito y Naturaleza.
	4	Educación preescolar y básica.
	5	Niveles, grados y ciclos.
	6	Organización Educación Preescolar
	7	Organización Educación Básica
	8	Edades en la educación obligatoria
	9	Organización Educación Media
	10	Organización del servicio especial de educación laboral
	11	Títulos y certificados
	13	Articulación niveles.
Ley 133 del 23 de mayo de 1994 Libertad Religiosa	6	Enseñanza educación religiosa.
Decreto 2247 del 11 de septiembre de 1997 Normas relativas a la prestación del servicio educativo del nivel preescolar	1 al 10	Organización general de la educación preescolar.
	11 al 17	Orientaciones curriculares
	18 al 23	Disposiciones finales
Decreto 3011 de 19 de diciembre de 1997 normas para el ofrecimiento de la educación de adultos	1 al 27	Organización general de la educación para adultos. Educación básica y media para adultos.
Ley 375 de julio 4 de 1997 Ley de la juventud	10	Derecho a la educación
Ley 1014 de 2006 Ley de Emprendimiento	12	Objetivos enseñanza del emprendimiento.
	13	Reglamentación área de emprendimiento.
Ley 1098 de 8 de noviembre de 2006 Código de Infancia y adolescencia	28, 42, 43, 44, 45	Derecho a la educación de los niños y adolescentes. Obligaciones de las instituciones educativas.
Decreto 1290 del 16 de abril de 2009 Evaluación del aprendizaje y promoción de los estudiantes de los niveles de educación básica y media.	1 y 2	Objeto y alcance de la evaluación.
	3	Propósito de la evaluación de los estudiantes.
	4	Definición del Sistema Institucional de Evaluación.
	5	Escala de Valoración Nacional
	6 y 7	Promoción escolar y promoción anticipada.
	8	Creación del Sistema Institucional de Evaluación
	11	Responsabilidades Institución Educativa
	12 y 13	Derechos y deberes de los estudiantes
	14 y 15	Derechos y deberes de los padres de familia.
	16 y 17	Registro y constancias de desempeño
18	Graduación	



5. REFERENTES DEL ÁREA

REFERENTE ÁREA	PRESENTACIÓN GENERAL	
<p>Los lineamientos pedagógicos y curriculares están siempre en proceso de construcción en todos los niveles: nacional, regional, local e institucional. Ese carácter dinámico, propio de la pedagogía, permite mantener actualizadas las propuestas curriculares que se enriquecen o reorientan periódicamente con base en los resultados de la práctica y en los avances científicos y tecnológicos.</p>	<p>Desde un punto de vista integrador del área se concibe, como unidad, como proceso permanente de formación personal y social, cuya esencia es el sentido pedagógico en función del desarrollo humano. No se trata de un currículo que comprenda de manera aislada el deporte y la recreación pues desde el punto de vista educativo, ellos son pilares y se integran en la educación física. A ella corresponde ubicarlos unas veces como medios, otras como fines, otras como prácticas culturales. Por lo tanto cuando se habla de educación física, desde la perspectiva de formación humana y social, están contenidos el deporte y la recreación, si bien cada uno puede jugar funciones distintas en el proceso de formación. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundante de la educación física, el deporte es una práctica cultural que puede caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto y el significado educativo que se le asigne.</p>	
CONCEPTOS GENERALES	DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
<p>La educación física en más de un siglo de presencia en la escuela y la sociedad colombiana, ha construido imaginarios, prácticas, conceptos, organizaciones, modelos de enseñanza y aprendizaje que hoy se transforman en un contexto de globalización, diversidad, desarrollo tecnológico y tradición; diversidad del conocimiento y de nuevas sensibilidades; búsqueda de libertad individual y cultura democrática que influyen la perspectiva curricular hacia la atención de nuevas competencias humanas y apertura a una nueva visión del ser humano y de nación. La formación del ser humano no queda en manos exclusivas de la familia y la escuela bajo preceptos culturales prefigurados, sino que irrumpen nuevos fenómenos comunicativos, nuevos lenguajes que se sobreponen a las pautas de desarrollo tradicionales y hacen más complejos y diversos los aprendizajes y los sistemas de enseñanza.</p>	<p>El énfasis en los procesos de formación y el desarrollo de competencias, asigna al deporte, la recreación, el juego, la gimnasia y otras manifestaciones de la cultura física el carácter de prácticas culturales que pueden ser medios, objetos, actividades o fines de la acción educativa en donde la multiplicidad y la interrelación son constantes.</p>	<p>Cada educador que orienta esta área posee sus propios lineamientos aunque no los haya escrito. Se concretan en aquellas ideas que orientan su acción, que le permiten responder interrogantes relacionados con el para qué, qué, cómo, quién y cuándo de las actividades que desarrolla y de las exigencias que acuerda con los estudiantes. Cuando se adquieren nuevos conocimientos sobre posibilidades de desarrollo humano o sobre pedagogía, deben cambiar también las ideas que orientan la educación física dentro y fuera de la clase. El intercambio de experiencias y el diálogo entre docentes contribuye a decantar las ideas y a conseguir un enriquecimiento pedagógico mutuo.</p>



6. POLÍTICAS DEL ÁREA METODOLÓGICAS Y EVALUATIVAS

El programa parte de las necesidades del alumno los contenidos responden a los objetivos basados en ellas y se logran mediante actividades sus alcances se determinan por medio de la evaluación que al afectarse da información de retorno para el reajuste de todo o parte del proceso. A si pues la metodología en la educación física se plantea como el estudio de los procesos en la aplicación del trabajo que facilita la eficiencia en la enseñanza aprendizaje .permite la revisión de los diferentes componentes del plan en la medida que se detectan avances en la aplicación del mismo o se noten deficiencias o suficiencias en cualquiera de las partes. Por ejemplo si el medio permite al alumno un mayor grado de eficiencia en la coordinación ojo mano por la ejercitación de los juegos como baloncesto y voleibol deberán efectuarse otras actividades que conllevan al desarrollo de diferentes habilidades como coordinación ojo-pie, equilibrio, resistencia, destreza etc. E Implica planeación integrada de contenidos.

ORGANIZACIÓN

La organización del programa de educación física para la enseñanza, al igual que de cualquier otra área debe seguir un proceso que concluye los siguientes pasos.

INTERPRETACION

Significa que el profesor debe realizar un proceso de análisis de todos los elementos del programa en tal forma que logre establecer la secuencia lógica, pedagógica y técnica del mismo. Y el nivel de profundidad, a lo largo de los diferentes grados según el estado del alumno. .Es en este momento, cuando el profesor debe determinar o extrapolar los objetivos y contenidos para el grupo de alumnos beneficiarios del programa.

Igualmente, le permite tener en cuenta las experiencias que considera, van a enriquecer el proceso formativo de los estudiantes

INTEGRACION

Consiste en detectar en el programa los objetivos y contenidos afines, dados en cada grado educativo, por ejemplo, para la primaria los contenidos a fines en las unidades-----esquema corporal, ajuste postural y coordinación, se trabajan en forma simultánea durante el desarrollo de cada clase.

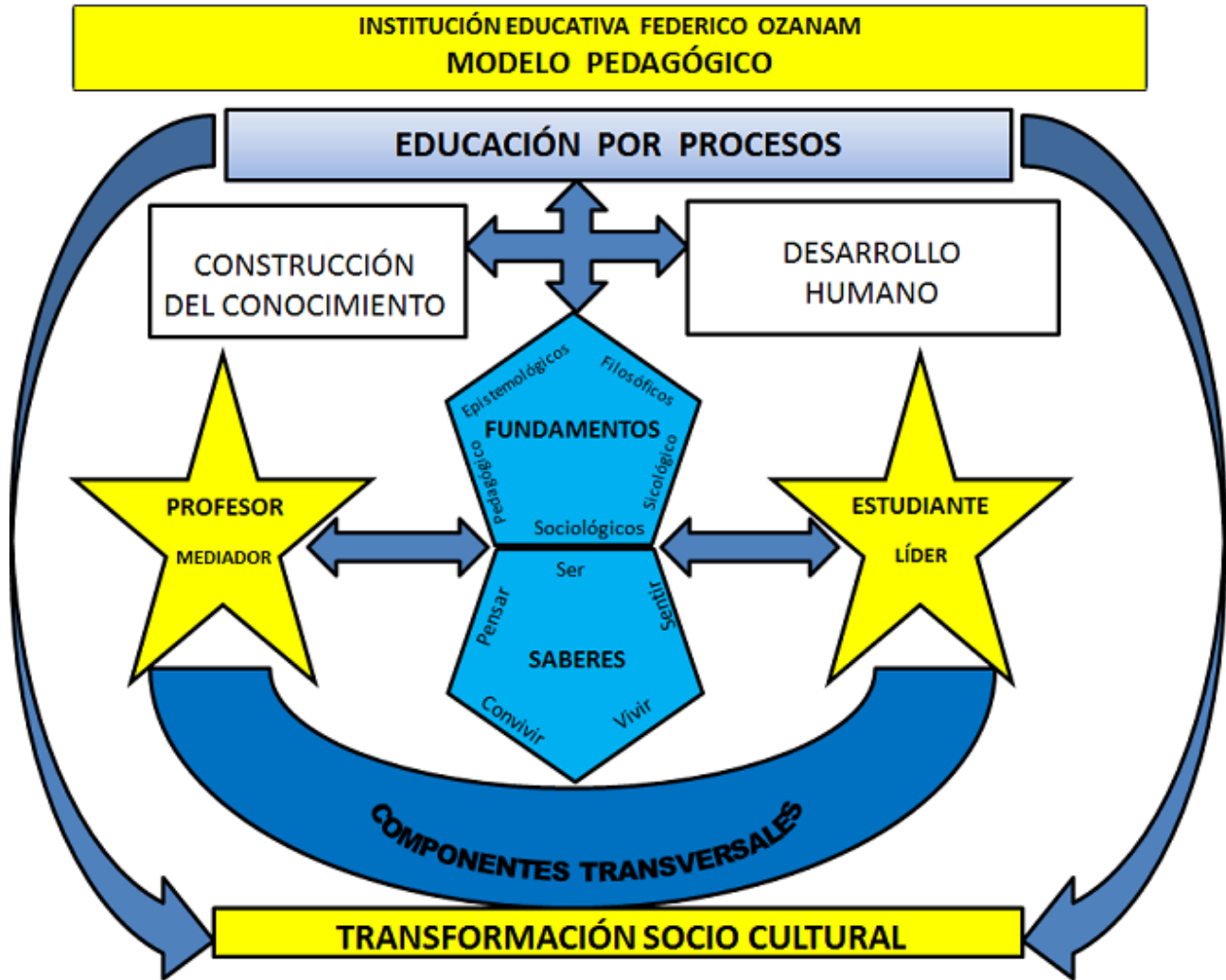
En secundaria, las cualidades físicas, el atletismo y la gimnasia se realizan simultáneamente como unas totalidades la cual, mientras se trata un tema específico se atiende el aspecto global que conlleve al equilibrio funcional

CORRELACION

Se refiere al enfoque interdisciplinario, de la educación física con otras áreas curriculares y se hace énfasis en el primero, segundo y tercer grados para presentar experiencias integradas



7. REFERENTES MODELO PEDAGÓGICO:





8. RECURSOS

TIPO DE RECURSOS	DESCRIPCIÓN
Tecnológicos	Computadores, amplificadores, equipo de sonido.
Físicos	Implementación deportiva como mallas, balones, pitos, tarjetas, clavos, cuerdas mancuernas, pelotas de fundamentación, raquetas, ajedrez, bastones, juegos de salón, juegos de mesa, elásticos, conos separadores.
Humanos	Estudiantes, profesores, practicantes y árbitros.



9. ESQUEMA CURRICULAR

GRADO	PRIMERO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Conocer su cuerpo y sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Explora movimientos con su cuerpo con elementos y sin ellos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Manifiesta emociones con su cuerpo 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica recomendaciones sobre higiene corporal 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica recomendaciones sobre el cuidado del medio ambiente 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Exploración de movimientos en mi cuerpo y combinaciones con elementos y sin ellos. (saber- hacer)	Esquema corporal Partes del cuerpo Posibilidades de movimiento Formas de desplazamiento	Realizar ejercicios específicos con cada parte del cuerpo Realizar tres movimientos diferentes con la parte del cuerpo indicada.
Expresión corporal	Exploración de movimientos siguiendo diferentes ritmos. (saber-hacer)	Ritmo Coordinación Discriminación auditiva Rondas y canciones.	Seguir instrucciones de series de ejercicios combinando ritmo y coordinación
Higiene corporal	Aplicación de recomendaciones sobre higiene corporal (saber-ser, hacer)	Higiene corporal Valoración por el cuerpo	Explicar la higiene que debe tener con cada parte del cuerpo indicada Practicar el cuidado de su cuerpo y el de los compañeros.
Medio ambiente	Aplicación de recomendaciones sobre el cuidado del medio ambiente. (ser, saber, hacer)	Medio ambiente Recomendaciones sobre cuidado del ambiente	Dibujar dos formas de cuidar el medio ambiente.



GRADO	PRIMERO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Conocer su cuerpo y sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza distintas posturas en estado de quietud y en movimientos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica las normas establecidas para la realización de actividades físicas 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora gestos, representaciones y bailes 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica orientaciones sobre el cuidado del agua 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Movimientos estáticos y dinámicos.	Realización de distintas posturas en estado de quietud y en movimientos. Ejecución de carreras en sus diversas formas de expresión y aplicación. (Saber-hacer (hacer- saber)	Lateralidad Direccionalidad Control corporal Coordinación. Carreras con técnicas de: Velocidad y competencia de relevo.	Realizar rutinas de control, coordinación y direccionalidad. Realizar series de carreras aplicando velocidad y tiempo.
Hábitos de comportamiento	Identificación de las normas establecidas para la realización de actividades físicas (ser- saber- hacer)	Hábitos de comportamiento Desplazamientos dirigidos: caminar, trotar, y salto.	Seguir un programa combinado de desplazamientos. Dibujar tres normas de comportamiento en la clase de Ed. Física.
Expresión corporal	Exploración de gestos, representaciones y bailes. (saber-hacer)	Canciones infantiles Rondas. Bailes.	Interpretar una ronda o canción infantil.
Cuidado del agua	Aplicación de orientaciones sobre el cuidado del agua. (ser-saber-hacer)	El agua: Cuidados del agua en la institución y en el hogar.	Realizar un dibujo sobre la forma de cuidar el agua en la institución.



GRADO	PRIMERO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Conocer su cuerpo y sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica lateralidad y direccionalidad en las diversas formas de locomoción y en diferentes ritmos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la importancia de cuidar y mantener limpio su entorno 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra actitudes de responsabilidad, respeto y tolerancia en las actividades físicas. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Dominio de su cuerpo en el espacio	Ubicación de su cuerpo en el espacio y en relación con objetos. (saber-hacer)	Ubicación espacial. Formación en fila, hilera, círculos y escuadra.	Realizar rutinas de ubicación espacial
Lateralidad y direccionalidad al desplazarse.	Aplicación de lateralidad y direccionalidad en las diversas formas de locomoción y en diferentes ritmos. (Saber-hacer)	Lateralidad y direccionalidad en: Marchas, carreras, giros ritmos y coordinación.	Seguir un programa dado de ejercicios sobre lateralidad y direccionalidad.
Medio ambiente	Conservación del entorno donde se desenvuelve. (saber-ser-hacer)	Importancia del aseo personal Formas de cuidar la institución Formas de colaborar con la limpieza de la institución.	Aplicar normas de aseo personal. Colaborar con la limpieza y orden de la institución.
Valores en actividades físicas.	Aplicación de actitudes de responsabilidad, respeto y tolerancia en las actividades físicas. (Ser-saber-hacer)	Valores de: Respeto, tolerancia y responsabilidad.	Trabajar fichas sobre el respeto y la tolerancia. Practicar la responsabilidad con sus trabajos.



GRADO	SEGUNDO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Reconocer objetos a través de la exploración del entorno, utilizando las capacidades físicas, respetando a los compañeros.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Ubica su cuerpo en el espacio y en relación con objetos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora movimientos con diferentes ritmos y velocidad 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Atiende las orientaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar ejercicios y juegos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica recomendaciones sobre el cuidado del agua y su importancia 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Ubicación espacial	Ubicación de su cuerpo en el espacio y en relación con objetos. (saber- hacer)	Ajuste postura Nociones de tiempo y espacio Esquema corporal	Realizar rutinas de tiempo y espacio
Ritmo y velocidad	Exploración de movimientos con diferentes ritmos y velocidad saber-hacer)	Segmentos corporales Ritmo Velocidad desplazamiento	Seguir un programa de ejercicios sobre ritmo – velocidad
Ejercicios dirigidos	Orientación sobre la forma correcta de realizar ejercicios y juegos. Atención de indicaciones del profesor para realizar correctamente ejercicios (ser-saber-hacer)	Juegos dirigidos: Rondas y juegos tradicionales Normas de juego. Ejercicios dirigidos Ajuste postural Control del cuerpo en movimiento, con elementos: Cuerda, aros pelotas. (ser-saber-hacer)	Escribir y dibujar cinco normas a tener en cuenta en el juego. Practicar la escucha y seguimiento de instrucciones. Realizar los ejercicios indicados por el profesor. Mostrar control de su cuerpo en ejercicios con cuerdas, aros y pelotas. (ser-saber-hacer)
Importancia del agua	Aplicación de recomendaciones sobre el cuidado del agua y su importancia (ser-saber-hacer)	El agua Importancia	Escribir 5 frases sobre la importancia del agua. Realizar un dibujo sobre la importancia del agua.



GRADO	SEGUNDO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Reconocer objetos a través de la exploración del entorno, utilizando las capacidades físicas, respetando a los compañeros		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Realiza actividades de coordinación en lanzamiento, recepción y pases 		
	<ul style="list-style-type: none"> Explora técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo mediante la práctica de danzas y juegos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Identifica normas de higiene corporal antes, durante y después de la actividad física 		
	<ul style="list-style-type: none"> Atiende indicaciones del profesor para realizar correctamente ejercicios 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Coordinación óculo-manual	Realización de actividades de coordinación en lanzamiento, recepción y pases (saber-hacer)	Coordinación dinámica Lanzamientos Recepciones Desplazamientos combinados	Realizar un programa dirigido de lanzamiento y recepciones.
Técnicas corporales	Exploración de técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo mediante la práctica de danzas y juegos.	Tensión Relajación Control del cuerpo Ritmo Danzas Juegos de palmas.	Aplicar técnicas corporales en una serie de ejercicios físicos. Seguir series rítmicas en juegos o danzas.
Higiene corporal	Identificación de normas de higiene corporal antes, durante y después de la actividad física (ser-saber-hacer)	Normas de higiene Autoestima Autocuidado	Escribir tres normas de higiene durante las actividades físicas. Consultar sobre el autocuidado y autoestima.
Manifestación de emociones	Exploración de manifestaciones expresivas para comunicar emociones. (ser-saber-hacer)	Ejercicios de expresión corporal Juegos de roles Dinámicas	Seguir una rutina de ejercicios de expresión corporal. Imitar dos personajes del barrio o programa de televisión.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	SEGUNDO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Reconocer objetos a través de la exploración del entorno, utilizando las capacidades físicas, respetando a los compañeros		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas de movimientos aplicados a modalidades gimnásticas 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora movimientos con diferentes ritmos musicales. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica juegos y actividades físicas de acuerdo con su edad y posibilidad 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Participa en juegos individuales y colectivos 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Movimientos gimnásticos	Exploración de formas básicas de movimientos aplicados a modalidades gimnásticas (saber-hacer)	Ejercicios básicos de gimnasia Ejercicios de rollos, volteos y paradas.	Realizar rutinas de ejercicios gimnásticos.
Ritmo y dirección	Exploración de movimientos con cambios de ritmo y dirección (Saber-hacer)	Ejercicios combinados de caminar, marchar y correr. Ritmo y dirección	Seguir un programa dado de ejercicios rítmicos. Participar activamente de la clase de educación física.
Juegos y actividades físicas	Identificación de juegos y actividades físicas de acuerdo con su edad y posibilidad (Saber-hacer-ser)	Salto con dos pies, en un pie, hacia atrás, adelante. Caminar en cuadrupedia, cuclillas, carreras con objetos Juegos tradicionales	Jugar seguimiento, donde el sea el guía y oriente tres ejercicios. Consultar dos juegos tradicionales y practicarlos en clase.
Juegos individuales y colectivos	Participación en juegos individuales y colectivos (ser-saber-hacer)	Juegos individuales Juegos colectivos Juegos de mesa Normas para los diferentes tipos de juegos.	Participar de juegos individuales y colectivos. Escribir cinco normas para tener en cuenta en juegos colectivos.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	TERCERO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Identificar las destrezas mediante el reconocimiento de las diferentes combinaciones del movimiento del cuerpo valorando la participación en el juego		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica el esquema corporal reconociendo los movimientos y limitaciones de cada segmento 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Practica normas de higiene corporal antes, durante y después de la actividad física. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora gestos, representaciones y bailes 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica recomendaciones sobre el cuidado de la vegetación 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Identificación del esquema corporal reconociendo los movimientos y limitaciones de cada Segmento. (Saber-hacer)	Esquema corporal Equilibrio Lateralidad Movimientos corporales Ejercicios básicos de gimnasia Ejercicios de rollos Volteos y paradas	Realizar rutinas de equilibrio, coordinación y lateralidad
Higiene corporal	Aplicación de normas sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física (Ser-saber-hacer)	Higiene corporal Respiración Alimentación	Aplicar normas de higiene corporal. Hacer una cartelera sobre la adecuada alimentación en el deporte
Expresión corporal	Exploración de gestos, representaciones y bailes (ser-saber-hacer)	Representación de gestos, personajes, bailes y rondas	Dramatizar o representar una ronda infantil
Medio ambiente	Aplicación de recomendaciones sobre el cuidado de la vegetación(Ser-saber-hacer)	Las plantas y sus beneficios en la alimentación Utilidad de las plantas para los animales y el hombre	Hacer una cartelera sobre la utilidad de las plantas. Consultar sobre la importancia de las plantas.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	TERCERO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Identificar las destrezas mediante el reconocimiento de las diferentes combinaciones del movimiento del cuerpo valorando la participación en el juego		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Realiza distintas posturas en estado de quietud y en movimiento 		
	<ul style="list-style-type: none"> Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Atiendo orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividades físicas 		
	<ul style="list-style-type: none"> Reconoce los beneficios que brinda la vegetación para los seres vivos 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Realización de distintas posturas en estado de pasivo y en movimiento. (Saber-hacer)	Segmentos corporales Lateralidad Ajuste postura Hidratación, nutrición en la actividad física.	Realizar rutinas de ajuste postural. Participar activamente en las clases de educación física
Capacidades físicas	Exploración de mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.(ser-saber-hacer)	Juegos dirigidos Juegos tradicionales Actividades recreativas	Participar activamente en juegos dirigidos. Seguir orientaciones para las actividades recreativas. Consultar un juego tradicional
Tiempo y espacio	Atención a las orientaciones dadas sobre mi tiempo para jugar y realizar actividades físicas (Ser –saber –hacer)	Juegos de mesa Parques, domino, escalera. Juegos de ritmo con: Palmas, zapateo, claves	Ejecutar ritmos con palmas y pies. Seguir programas de diferentes ritmos. Compartir juegos de mesa respetando las reglas para el juego.
Beneficios de las plantas	Reconocimiento de los beneficios que brindan las plantas para los seres vivos (Ser –saber)	Las plantas y sus cuidados en el hogar y en la institución educativa	Realizar una cartelera sobre los beneficios de las plantas. Escribir dos frases sobre el beneficio de las plantas para los animales



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	TERCERO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Identificar las destrezas mediante el reconocimiento de las diferentes combinaciones del movimiento del cuerpo valorando la participación en el juego		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica recomendaciones sobre el cuidado de las plantas 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza prácticas de tradición de danzas y lúdica 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta juegos y actividades físicas de acuerdo a mi edad y posibilidades. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Ejercicios físicos con elementos	Exploración de formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos.(saber-hacer)	Ejercicios básicos de Gimnasia. Ejercicios de rollos, volteos y paradas.	Realizar rutinas de ejercicios gimnásticos
Medio ambiente	Aplicación de las recomendaciones sobre el cuidado de las plantas.(Saber-ser-hacer)	Ejercicios combinados de caminar, marchar y correr. Ritmo y dirección	Seguir un programa dado de ejercicios rítmicos. Participar activamente de la clase de educación física.
Expresión corporal	Exploración de movimientos con cambios de ritmo y dirección (Saber-hacer)	Movimientos rítmicos con palmas, zapateo , claves y rondas Ritmos musicales danzas	Jugar seguimiento, donde él sea el guía y oriente tres ejercicios. Consultar dos juegos tradicionales y practicarlos en clase
Capacidades físicas	Aplicación de orientaciones sobre el cuidado del agua en el hogar y la institución educativa(ser-saber-hacer)	Normas del cuidado del agua en el hogar y en la institución	Practicar el cuidado del agua en la institución. Dibujar cinco formas de cuidar el agua en el hogar



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	CUARTO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Propiciar la posibilidad de conocer y valorar su propio cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Maneja correctamente el control y ritmo de su cuerpo y lo aplica en los movimientos estáticos y dinámicos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Cumple tareas motrices en actividades de coordinación con mediana complejidad 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce normas y la importancia de aplicarlas en la clase de educación física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Movimientos estáticos y dinámicos	Realización de ejercicios con control, ritmo y aplicación en movimientos estáticos y dinámicos. (Saber-hacer)	Coordinación dinámica con diferentes elementos.	Realizar rutinas de control, coordinación y ritmo.
Coordinación motriz	Participación en las tareas motrices en actividades de coordinación con mediana complejidad. (saber-hacer)	Lanzamiento de elementos. Desplazamientos.	Seguir un programa de lanzamiento y desplazamiento.
Hábitos de comportamiento	Aplicación de las normas y la importancia de demostrarlas en la clase de educación física. (ser-hacer-saber)	Normas para la clase de educación física	Elaborar una cartelera sobre las normas acordadas para la clase. Practica normas de comportamiento en clase de ed. Física.
Expresión corporal	Identificación de técnicas de expresión corporal que lleven la regulación emocional en situaciones de juego y actividades físicas. (ser-hacer-saber)	Expresión corporal Dramatización	Participar activamente de las actividades de clase.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	CUARTO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Propiciar la posibilidad de conocer y valorar su propio cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas pre deportivas. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realizo secuencias de movimiento con música, aplicando los tres ejes del cuerpo 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico estrategias para manejar adecuadamente las basuras de la institución y del hogar. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Actividad pre-deportiva	Aplicación de formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas. (saber-hacer-ser)	Conceptos de: Resistencia, fuerza, velocidad, ritmo, equilibrio, agilidad, elasticidad, flexibilidad y Coordinación.	Consultar los conceptos trabajados en clase. Seguir un programa de lanzamientos.
Higiene corporal	Identificación del valor de la condición física y su importancia para mi salud (saber- hacer-ser)	Deporte y salud Importancia Beneficios	Elaborar una cartelera sobre el deporte y la salud. Escribir tres beneficios de hacer deporte para la salud.
Movimientos rítmicos	Realización de secuencias de movimiento con música, aplicando los tres ejes corporales (saber-hacer)	Movimientos rítmicos según los ejes del cuerpo: adelante, Atrás, arriba, abajo, izquierda, Derecha, individual y grupal. Desplazamientos en fila, hilera, círculos y escuadra.	Seguir rutinas de movimientos rítmicos. Participar activamente durante las actividades rítmicas.
Medio ambiente	Aplicación de estrategias para manejar adecuadamente las basuras de la institución y del hogar. (ser-saber-hacer)	Entorno limpio Manejo de basuras sólidas en El hogar y la institución.	Elaborar dos afiches sobre el manejo adecuado de basuras en la institución. Practicar el manejo adecuado de basuras en el aula de clase.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	CUARTO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Propiciar la posibilidad de conocer y valorar su propio cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco los juegos tradicionales como preámbulo a los pre deportivos 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco movimientos que se ajustan al ritmo musical 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realizo actividades físicas actuando con respeto por mi cuerpo 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Decido mi tiempo de juego y actividades físicas. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Práctica predeportiva	Proposición de diferentes juegos con sus normas. (ser-hacer-saber)	Juegos recreativos y juegos tradicionales	Jugar en grupo aplicando las normas. Proponer juegos tradicionales.
Movimientos rítmicos	Reconocimiento de movimientos que se ajustan al ritmo musical. (saber- hacer)	Marchas Danzas Bailes	Participar activamente del montaje de una danza, baile o marcha. Practicar normas del trabajo en equipo.
Higiene corporal	Realización de actividades físicas actuando con respeto por mi cuerpo. (Ser-hacer-saber)	Hábitos de higiene Cuidado y respeto por el cuerpo.	Realizar una cartelera sobre el respeto por el cuerpo.
Aprovechamiento del tiempo	Participación y aprovechamiento de mí tiempo de juego y la actividad física. (ser-saber-hacer)	Aprovechamiento del tiempo libre. Juegos tradicionales Juegos dirigidos Actividad deportiva.	Realizar una cartelera sobre el aprovechamiento del tiempo libre.



GRADO	QUINTO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer el desarrollo de las capacidades coordinativas y su aplicación en la actividad pre-deportiva.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce las diferentes posiciones de los segmentos corporales y su aplicación en el movimiento. Clases de juegos y normas. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica el control de la respiración en la actividad física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Cuidado del cuerpo humano. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Domina los conceptos de ubicación, lugar, orden, fila, hilera 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Segmentos corporales	Aplicación en el movimiento de las posiciones de los segmentos corporales (Saber – hacer)	Flexión, extensión, rotación, articulaciones, segmentos	Elaborar un circuito de ejercicios del tema
Control de la respiración	Ejecución de las técnicas de respiración (Saber – hacer)	Nariz Boca Inhalación Exhalación	Presentar un escrito y hace una demostración de la correcta respiración
Cuidado del cuerpo humano	Asimilación de las normas sobre el cuidado del cuerpo (Saber – ser)	Salud Enfermedades Higiene Aseo	Entregar un trabajo escrito sobre el tema y lo expone ante el grupo.
Clases de juegos	Clasificación de los juegos (Saber)	Activos, pasivos, de competencia, de participación	Elaborar un trabajo escrito sobre la clasificación de los juegos



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	QUINTO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer el desarrollo de las capacidades coordinativas y su aplicación en la actividad pre-deportiva.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Combina las formas de desplazamiento con lanzamientos y recepciones. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza las actividades propias de los juegos pre-deportivos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta las actividades de Cambio de ritmo y dirección en la carrera 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica la actividad física en diferentes formaciones 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Desplazamiento y coordinación	Combinación de las formas de desplazamiento con actividades de lanzar y recibir (Hacer)	Caminar – saltar – trotar – correr – lanzar - recibir	Ejecutar el programa de ejercicios asignado.
Coordinación	Realización de diverso ejercicios de coordinación, con diversa partes del cuerpo (Hacer)	Coordinación ojo pie Coordinación ojo-mano	Realizar la rutina de actividades específica de coordinación
Pre-deportivos	Ejecución de las actividades propias de los pre-deportivos (Saber - hacer)	Conducciones Pases Recepciones	Realizar el programa de juegos y pre-deportivo, asignado
Posiciones y movimientos en formaciones	Diferenciación de las formaciones y sus combinaciones (Saber – ser)	Filas – hileras – escuadras – círculos.	Presentar una guía de dibujos sobre los conceptos asignados.



GRADO	QUINTO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer el desarrollo de las capacidades coordinativas y su aplicación en la actividad pre-deportiva.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta el programa de ejercicios para su desarrollo armónico corporal. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Realiza las actividades propias de los juegos pre-deportivos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Combina la técnica de la carrera, el salto y el lanzamiento. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Participa en la construcción de estrategias para la conservación del medio ambiente. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Juegos Pre-deportivos	Realización de los juegos pre-deportivos. (Saber – hacer)	Relevos Lúdica Combinaciones	Realizar un programa de ejercicios sugeridos.
Carrera – salto y lanzamiento	Combinación de la carrera, el salto y el lanzamiento (Saber –hacer)	Carreras cortas – medias y largas Saltos cortos, altos y largos Lanzamientos	Ejecutar el plan de actividades asignadas por el profesor
Desarrollo armónico corporal	Ejecución del programa de ejercicios para el desarrollo armónico (Hacer – ser)	Ejercicios gimnásticos con colchoneta.	Desarrollar un circuito de ejercicios diseñado por el profesor.
Medio ambiente	Construcción de estrategias para la conservación del medio ambiente (Ser – saber)	Medio ambiente Peligros Contaminación Cuidado Aporte personal	Presentar un plan de uso adecuado y protección del medio ambiente con dibujos.



GRADO	SEXTO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Comprender el valor que tiene la actividad física para la formación personal desde la ejecución de patrones de locomoción, manipulación, equilibrio y desplazamiento.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica las posibilidades de movimiento en los desplazamientos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza la expresión corporal como elemento de comunicación y relación social. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende la importancia de la actividad física para la conservación de la salud 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciona el funcionamiento orgánico del cuerpo humano con la educación física. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aumenta los niveles de su desarrollo físico general. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Ajuste postural.	Aplicación del movimiento en el desplazamiento corporal (Hacer-Saber).	Segmentos corporales, articulaciones, movimientos desplazamiento.	Realizar el plan de ejercicios asignados.
Desarrollo físico general.	Participación en el programa de desarrollo físico. (Hacer)	Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad	Ejecutar el programa de ejercicios asignado
Expresión corporal.	Aplicación del esquema corporal en el manejo de su cuerpo (Saber – hacer)	Ritmo- coordinación. Movilidad- formaciones. Locomoción	Preparar y presentar una rutina rítmica.
Funcionamiento orgánico.	Relación de los sistemas orgánicos corporales (Saber – Hacer)	Digestión Circulación sanguínea Signos vitales	Entregar un afiche y un informe escrito sobre el tema asignado.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud- uniforme y comportamiento	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos en el cuaderno, con las normas de comportamiento, uniforme y convivencia.



GRADO	SEXTO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Comprender el valor que tiene la actividad física para la formación personal desde la ejecución de patrones de locomoción, manipulación, equilibrio y desplazamiento.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende la importancia de la actividad física para la conservación de la salud. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Representa actividades propias para la expresión del movimiento. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciona el funcionamiento orgánico del cuerpo humano con la educación física. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza diversos movimientos y los aplica en juegos pre-deportivos al baloncesto y el atletismo. 		
COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Desarrollo físico general.	Participación en el programa de desarrollo físico. (Hacer)	Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad	Ejecutar el programa de ejercicios asignado
Juegos pre-deportivos al baloncesto.	Aplicación de los juegos pre-deportivos (Hacer).	Coordinación- ojo-mano En el puesto Con desplazamientos	Participar en las acciones determinadas de juegos pre-deportivos.
Juegos pre-deportivos al atletismo	Participación en las combinaciones de carrera y salto, establecidas Ejecución de la técnica de la carrera y los saltos (Hacer).	Juegos Persecuciones Carrera- corta media. Salto corto .Salto largo. Salto con obstáculos. Cambios- de dirección y ritmo	Ejecutar el plan de actividades asignado. Recorrer diferentes distancias asignadas Realizar diferentes saltos con cuerda y sin cuerda
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física (Saber)	Juegos Deporte Actividad física Historia y actualidad	Consultar temas específicos relacionados con la teoría de la educación física
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos en el cuaderno, con las normas de comportamiento, uniforme y convivencia.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	SEXTO		PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Comprender el valor que tiene la actividad física para la formación personal desde la ejecución de patrones de locomoción, manipulación y equilibrio y desplazamiento			
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciona el funcionamiento orgánico del cuerpo humano con la educación física. • • Representa las diferentes posiciones y posturas de los segmentos corporales. 			
	<ul style="list-style-type: none"> • Aumenta los niveles de su desarrollo físico general. 			
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza diversos movimientos y los aplica en juegos pre-deportivos al fútbol y el voleibol 			
COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO	
Desarrollo físico general.	Participación en el programa de desarrollo físico. (Hacer)	Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad	Ejecutar el programa de ejercicios asignado	
Expresión corporal.	Ejecución de las diferentes posibilidades expresivas del cuerpo (Saber – hacer)	Posturas Posiciones Movimientos Desplazamientos	Realizar el carrusel de ejercicios relacionado con tema.	
Pre-deportivos al micro-fútbol.	Realización de las actividades de los pre-deportivos al futbol. (Hacer)	Coordinación ojo pié Recepciones Entregas Conducciones	Ejecutar el contenido de las actividades asignadas.	
Pre-deportivos al voleibol.	Realización de las actividades de los pre-deportivos al voleibol. (Hacer)	Coordinación ojo mano Pases Recepciones. Saques	Ejecutar el contenido de las actividades asignadas.	
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física (Saber)	Juegos Deporte Actividad física Historia y actualidad	Consultar temas específicos relacionados con la teoría de la educación física	
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos en el cuaderno, con las normas de comportamiento, uniforme y convivencia.	



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	• SEPTIMO		PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Adquirir los fundamentos de la actividad física para su aplicación en la vida diaria y el entorno.			
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Favorece el mejoramiento de la condición física con la aplicación de pruebas y test 			
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza una secuencia de ejercicios para el desarrollo corporal. 			
	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende la importancia de la actividad física para la conservación de la salud 			
	<ul style="list-style-type: none"> • Participa en las actividades del desarrollo de habilidades y destrezas 			
	<ul style="list-style-type: none"> • Aumenta los niveles de su desarrollo físico general 			
COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO	
Desarrollo corporal	Realización de pruebas y test HACER	Test de fuerza Test de resistencia Test de flexibilidad Test de velocidad	Ejecutar cada una de las pruebas y test, llevando el registro de su aplicación	
Conservación de la salud	Descripción de las condiciones básicas de la salud. (Saber – ser)	Aseo Alimentación Actividad física	Presentar una afiche, una cartelera y/o un juego sobre la conservación de la salud.	
Habilidades y destrezas.	Construcción de habilidades y destrezas. Acondicionamiento físico (Hacer)	Combinación Desplazamientos Cambios de ritmo Cambios de velocidad Circuitos de preparación	Presentar un esquema de habilidades y destrezas, haciendo combinaciones.	
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física	Juegos Deporte Actividad física Historia y actualidad	Consultar temas específicos relacionados con la teoría de la educación física	
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento Ser	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia	



GRADO	SÉPTIMO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Adquirir los fundamentos de la actividad física para su aplicación en la vida diaria y el entorno.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta los diferentes desplazamientos y saltos combinados con carreras, cambios de ritmo, velocidad y dirección. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Describe las condiciones básicas para la conservación del medio ambiente. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la importancia de la actividad física para la conservación de la salud 		
	<ul style="list-style-type: none"> Favorece el mejoramiento de la condición física con la aplicación de pruebas y test 		
	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta los gestos técnicos de los deportes de pelota con la mano 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Actividad física	Aplicación de saltos, cambios de ritmo y dirección (Hacer)	Saltos Carreras Cambio de ritmo, velocidad y dirección	Ejecutar el plan de ejercicios de acuerdo al tema
Desarrollo corporal	Realización de pruebas y test HACER	Test de fuerza Test de resistencia Test de flexibilidad Test de velocidad	Ejecutar cada una de las pruebas y test, llevando el registro de su aplicación
Deportes de pelota con la mano	Asimilación de los gestos técnicos, de los deportes con la mano. (Saber – hacer)	Lanzamientos Recepciones Dribles Rebotes Pases y saques	Ejecutar una rutina de ejercicios sobre el tema Aplicación de los fundamentos técnicos
Medio ambiente y actividad física	Conservación del medio ambiente desde la clase (Saber – ser)	Contaminación Aire y agua Reciclaje	Presentar una afiche, una cartelera y/o trabajo escrito sobre la conservación del medio ambiente.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento Ser	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	SÉPTIMO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Adquirir los fundamentos de la actividad física para su aplicación en la vida diaria y el entorno.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Realiza una secuencia de ejercicios para el fortalecimiento físico general. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Aumenta los niveles de su desarrollo físico general 		
	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta los gestos técnicos de los deportes de pelota con la mano y con el pie 		
	<ul style="list-style-type: none"> Favorece el mejoramiento de la condición física con la aplicación de pruebas y test 		
	<ul style="list-style-type: none"> Comprende la importancia de la actividad física para la prevención de la salud y control de enfermedades. 		
COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Desarrollo corporal y fortalecimiento físico	Realización de pruebas y test Ejecución de la secuencia de ejercicios HACER	Test de fuerza Test de resistencia Test de flexibilidad Test de velocidad Abdominales Sentadillas Cambio de ritmo y velocidad	Ejecutar cada una de las pruebas y test, llevando el registro de su aplicación Realizar la secuencia de ejercicios relacionados con el tema
Deportes de pelota con el pie	Asimilación de los gestos técnicos, de los deportes con el pie (Saber – hacer)	Pases Controles Conducción Remates Saques	Participar en la práctica y aplicación de los temas vistos
Deportes de pelota con la mano	Asimilación de los gestos técnicos, de los deportes con la mano (Saber – hacer)	Lanzamientos Recepciones Dribles Rebotes Pases	Ejecutar una rutina de ejercicios sobre fundamentos técnicos.
Actividad física y salud	Prevención de enfermedades (Saber – ser)	Defensas orgánicas Salud Control de amenazas y enfermedades	Entregar un trabajo escrito sobre la prevención de enfermedades.
Convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	OCTAVO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Mejorar la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, personalidad e interacción social, por medio de la práctica de actividades físicas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de la coordinación dinámica motora en la actividad física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución de los elementos de la coordinación dinámica 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de desplazamientos, variando distancias- tiempos -velocidades. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud- uniforme y comportamiento. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física. <i><u>(Saber)</u></i>	Juegos Deporte Actividad física Historia y actualidad	Presentar informe escrito y relación de videos sobre actividad física y el deporte que asigna el docente.
Coordinación dinámica	Ejecución de la coordinación dinámica general <i><u>(Hacer)</u></i>	Coordinación Ojo- mano Ojo- pie Combinaciones con cuerdas, balones y elementos pequeños.	Presentar informe escrito y relación de videos sobre la coordinación dinámica general. Ejecutar el programa de ejercicios sobre coordinación, que asigna el docente.
Velocidad	Realización de desplazamientos, variando distancias- tiempos - velocidades. <i><u>(Hacer)</u></i>	Carreras Combinación de carrera con salto, coordinación, gestos técnicos.	Presentar informe escrito y relación de videos sobre el desarrollo de la velocidad. Ejecutar programa de ejercicios que asigna el docente.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud- uniforme y comportamiento. <i><u>(Ser)</u></i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos en el cuaderno, con las normas de comportamiento en el área, uniforme y convivencia.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	OCTAVO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Mejorar la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, personalidad e interacción social, por medio de la práctica de actividades físicas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica la expresión corporal en las en las formas de relación y comunicación 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza las pruebas de resistencia, fuerza y velocidad 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica y apropia temas específicos de la educación física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Realización de movimientos varios, en desplazamiento y en el lugar. <i><u>(Hacer)</u></i>	Desplazamientos Saltos Lanzamientos Recepciones Drible	Presentar informe escrito y relación de videos. Ejecutar programa de ejercicios asignado por el profesor.
Capacidades condicionales	Realiza las pruebas de resistencia, fuerza y velocidad. <i><u>(Saber – Hacer)</u></i>	Resistencia Fuerza Velocidad	Presentar informe escrito y relación de videos. Ejecutar programa de ejercicios asignado por el profesor.
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física. <i><u>(Saber)</u></i>	Funcionamiento orgánico Deportes individuales Deportes de conjunto	Presentar informe escrito y relación de videos sobre funcionamiento orgánico y el deporte que asigna el docente.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <i><u>(Ser)</u></i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar carteleras y presentar informe escrito, con las normas de comportamiento, uniforme y convivencia que debe cumplir en la institución.



GRADO	OCTAVO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Mejorar la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, personalidad e interacción social, por medio de la práctica de actividades físicas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Ejecución de movimientos, acciones físicas, actividad física e identificación de las partes del cuerpo. Músculos y sus movimientos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Realización de gestos técnicos específicos al deporte (voleibol y baloncesto) 		
	<ul style="list-style-type: none"> Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física 		
	<ul style="list-style-type: none"> Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Ejecución de movimientos, acciones físicas, actividad física e identificación de las partes del cuerpo. Músculos y sus movimientos. <i><u>(Hacer)</u></i>	Movimientos articulares, prácticas de la actividad física (estiramientos – yoga, pilates, deportes). Principales grupos musculares Movimientos en diferentes planos.	Presentar informe escrito y relación de videos sobre diferentes acciones físicas Ejecutar el programa de ejercicios asignado por el profesor.
Aplicación deportiva	Realización de gestos técnicos específicos al deporte (voleibol y baloncesto) <i><u>(Saber – Hacer)</u></i>	Pases Recepción Drible Servicio Lanzamientos	Presentar informe escrito y relación de videos que asigne el docente. Ejecutar programa de ejercicios determinado por el docente.
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física <i><u>(Saber)</u></i>	Sistemas funcionales del cuerpo humano Deporte y género, beneficios.	Presentar informe escrito y relación de videos sobre la funcionalidad del cuerpo humano.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <i><u>(Ser)</u></i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	NOVENO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Incrementar posibilidades motrices, mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas y el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de auto exigencia y superación.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Diferencia los componentes de la coordinación dinámica general. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla el esquema corporal. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica y apropia temas específicos de la educación física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Coordinación con elementos	Realización de movimientos coordinados con y sin elementos <i><u>(Hacer)</u></i>	Coordinación ojo – mano, ojo – pie. Saltos con cuerdas, en el lugar y en desplazamiento.	Ejecutar esquemas asignados. Presentar informe escrito y relación de videos sobre la coordinación con pequeños elementos.
Esquema corporal	Ejecución de movimientos y desplazamientos fundamentales como caminar- trotar – correr <i><u>(Hacer)</u></i>	Carreras combinadas con saltos, coordinación y fuerza.	Recorrer diversas distancias variando velocidad- y tiempo. Presentar informe escrito y relación de videos sobre la velocidad.
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física <i><u>(Saber)</u></i>	Enfermedades, causas y consecuencias.	Presentar informe escrito relacionado con las enfermedades.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <i><u>(Ser)</u></i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	NOVENO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Incrementar posibilidades motrices, mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas y el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de auto exigencia y superación.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta los fundamentos básicos del baloncesto • Desarrolla las capacidades condicionales • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Fundamentos técnicos y reglas del baloncesto	Ejecución de fundamentos técnicos <i><u>(Hacer)</u></i>	Pases Recepción- Conducción- Drible Lanzamiento	Presentar informe escrito y relación de videos sobre el baloncesto. Ejecutar programa de ejercicios asignado.
Capacidades condicionales	Aplicación de las capacidades condicionales <i><u>(Hacer – Saber)</u></i>	Test de preparación física Pruebas de Flexibilidad Resistencia - fuerza	Ejecutar test asignados y presentar informe escrito con videos sobre diferentes test.
La convivencia y cooperación	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <i><u>(Ser)</u></i>	Normas de comportamiento - Higiene Uniforme Convivencia Juego cooperativo	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia.



GRADO	NOVENO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Incrementar posibilidades motrices, mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas y el perfeccionamiento de las funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de auto exigencia y superación.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra los elementos que componen la velocidad 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta correctamente gestos técnicos del voleibol 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica y apropia temas específicos de la educación física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Capacidades condicionales Velocidad	Aplicación de la velocidad, en diversos desplazamientos y acciones de carrera <i><u>(Hacer)</u></i>	Velocidad de reacción y desplazamiento. Carreras cortas y medias. Cambio de ritmo y dirección	Recorrer diversas distancias, disminuyendo tiempos en su recorrido. Presentar informe escrito y videos solicitados.
Fundamentos técnicos –tácticos del Voleibol	Demostración de los fundamentos técnicos y tácticos del voleibol <i><u>(Hacer)</u></i>	Recepción Pases Saque Sistemas de ataque	Aplicar los fundamentos técnicos y tácticos en un juego de voleibol. Presentar informe escrito y relación e videos.
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física <i><u>(Saber)</u></i>	Actividad física y medio ambiente	Consultar temas específicos relacionados con la actividad física y el medio ambiente.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <i><u>(Ser)</u></i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	DECIMO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacción social, mediante la aplicación de los patrones básicos de movimiento en las destrezas deportivas, artísticas y recreativas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta correctamente los gestos técnicos de la práctica deportiva en el voleibol en los partidos intra clase. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Favorece el mejoramiento de la condición física con la ejecución de los ejercicios de la resistencia general y específica. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Construye la concepción sobre salud y calidad de vida desde la actividad física para su aplicación en la cotidianidad y su entorno. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Principios técnico – tácticos en el voleibol	Aplicación técnico – táctica en el voleibol <u>(hacer- saber)</u>	Pases de dedos, pases de antebrazo, servicio, ubicación de jugadores	Ejecutar la rutina de ejercicios asignada y presentar el informe escrito con los videos solicitados.
Acondicionamiento físico	Realización de los programas de ejercicios. <u>(hacer)</u>	Resistencia, progresión, carrera, trote, caminata, potencia, fuerza.	Diseñar y ejecutar un programa de mejoramiento físico personal para la semana.
Salud y calidad de vida	Concepción de la salud y la calidad de vida. <u>(saber – ser)</u>	Salud, hábitos de vida, prácticas perjudiciales, prevención, actividad física	Presentar un trabajo escrito y una cartelera sobre el tema.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <u>(Ser)</u>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	DECIMO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO		Fortalecer la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacción social, mediante la aplicación de los patrones básicos de movimiento en las destrezas deportivas, artísticas y recreativas.	
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS		• Diseña un plan de ejercicios para el mejoramiento físico personal.	
		• Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia.	
		• Realiza la aplicación técnico – táctica en el baloncesto.	
		• Amplia los niveles de flexibilidad desde el desarrollo de un programa de ejercicios	

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Mejoramiento de la flexibilidad	Ampliación de los niveles personales de flexibilidad <i>(hacer)</i>	Estiramiento – articulaciones- posiciones	Realizar un programa de ejercicios asignado para la flexibilidad y presentar los videos solicitados.
Aplicación técnico – táctica en el baloncesto	Participación en las aplicaciones del baloncesto. <i>(hacer)</i>	Gestos técnicos- reglamento – ubicación en la cancha – funciones.	Presentar un trabajo escrito con 15 reglas del baloncesto, los videos solicitados. Realizar la rutina de gestos técnicos.
Fortalecimiento corporal	Realización del programa de ejercicios de fuerza. <i>(hacer)</i>	Fuerza abdominal – de piernas y de brazos.	Realizar un programa de ejercicios asignado Presentar el informe con los videos sobre el tema.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud- uniforme y comportamiento <i>(Ser)</i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	DECIMO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacción social, mediante la aplicación de los patrones básicos de movimiento en las destrezas deportivas, artísticas y recreativas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Diseña un plan de mejoramiento corporal individual. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza el programa de ejercicios para el desarrollo de la velocidad. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta correctamente los gesto técnico – tácticos del fútbol de salón. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Plan de mejoramiento individual	Ejecución del programa de mejoramiento personal <i>(saber-ser-hacer)</i>	Organismo – necesidades – diagnóstico – planeación	Diseñar y ejecutar un plan de mejoramiento personal
Desarrollo de la velocidad	Realización del programa para el desarrollo de la velocidad <i>(saber-hacer)</i>	Carrera corta – carrera media – ritmo - desplazamiento	Realizar el plan de ejercicios asignado, Presentar informe escrito y videos sobre el tema.
Técnica y táctica en el fútbol de salón	Aplicación de la técnica y la táctica en el fútbol de salón <i>(hacer)</i>	Fundamentación – ubicación – reglamento	Presentar un informe sobre el fútbol de salón Realizar las prácticas asignadas.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento <i>(Ser)</i>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	UNDECIMO	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Aplicar conocimientos teórico - prácticos propios de la educación física, la recreación y el deporte en la conservación de su cuerpo y en la organización de programas deportivos y recreativos.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Previene las lesiones deportivas y conoce los principios de su tratamiento. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organiza competencias deportivas. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Favorece el acondicionamiento físico personal. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica las habilidades y destrezas mediante la práctica del fútbol de salón. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Prevención y tratamiento de lesiones deportivas. <u>(saber – ser)</u>	Causas – consecuencias- prevención – tratamiento	Presentar un informe escrito y una cartelera sobre lesiones deportivas.
Organización deportiva	Planeación del torneo interclases <u>(saber - hacer)</u>	Partes de un plan – comisiones – funciones	Entregar la planeación de un torneo deportivo.
Acondicionamiento físico	Ejecución del programa de ejercicios para mejorar la resistencia <u>(hacer)</u>	Intensidad – carga – pausa – trote – caminata - pruebas	Ejecutar el programa asignado Presentar el informe escrito con sus respectivos videos.
Habilidades y destrezas en el fútbol de salón	Demostración de los gestos técnicos y las capacidades físicas en el fútbol de salón <u>(hacer)</u>	Gestos - capacidades– reglamento – torneo.	Ejecutar acciones del fútbol de salón y presentar un informe escrito sobre generalidades de este deporte.
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud- uniforme y comportamiento <u>(Ser)</u>	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos con las normas de comportamiento y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	UNDECIMO	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Aplicar conocimientos teórico - prácticos propios de la educación física, la recreación y el deporte en la conservación de su cuerpo y en la organización de programas deportivos y recreativos.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementa los niveles de fortalecimiento corporal. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Conserva la salud desde la actividad física. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica habilidades y destrezas mediante la práctica del voleibol. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Fortalecimiento corporal	Aplicación del programa de ejercicios para el desarrollo de la fuerza <u>(hacer)</u>	Fuerza de brazos – de piernas y abdominal	Ejecutar el plan de ejercicios asignado Presentar el informe solicitado.
Esquema corporal	Elaboración de un plan de ejercicios para la conservación de la forma física <u>(saber – ser - hacer)</u>	Necesidades – diagnóstico – planeación	Diseñar un plan de ejercicios para ejecutar personalmente y presentar el informe solicitado.
Habilidades y destrezas aplicadas al voleibol	Demostrar gestos y capacidades físicas propias del voleibol <u>(hacer)</u>	Gestos - capacidades – reglamento - torneo	Demostrar gestos y capacidades; Presentar un informe escrito sobre las generalidades de este deporte



GRADO	UNDECIMO	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Aplicar conocimientos teórico - prácticos propios de la educación física, la recreación y el deporte en la conservación de su cuerpo y en la organización de programas deportivos y recreativos.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica la coordinación dinámica al mejoramiento de la velocidad. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Genera una propuesta de aporte personal a la conservación del medio ambiente desde su Institución y su hogar 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica las habilidades y destrezas en la práctica del baloncesto. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Coordinación dinámica en la velocidad	Participación en las diversas pruebas de velocidad <u>(hacer)</u>	Carrera corta, carrera media, relevos, salidas, entrega de testimonio – cambio de dirección, cambio de ritmo	Realizar el plan de velocidad asignado con las consultas y los videos solicitados.
Influencia en el Medio ambiente	Elaboración de un manual de compromiso con las acciones a realizar para la conservación del medio ambiente <u>(saber – ser – hacer)</u>	Reciclaje – agua – aire - contaminación - basura	Presentar un informe y un afiche sobre la conservación del Medio ambiente.
Habilidades y destrezas en el baloncesto	Demostración de gestos y capacidades propias del baloncesto <u>(hacer)</u>	Reglamento, fundamentos técnicos, movimientos, posiciones, capacidades	Participar en actividades asignadas para la práctica del baloncesto. Presentar un informe escrito.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	CLEI 3	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Comprender el valor que tiene la actividad física para la formación personal desde la ejecución de patrones de locomoción, manipulación y equilibrio.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	• Aplica las posibilidades de movimiento en el desplazamiento de su cuerpo.		
	• Utiliza la expresión corporal como elemento de comunicación y relación social.		
	• Realiza actividades de manipulación y los aplica en juegos pre deportivos al baloncesto.		
	• Conserva posiciones en acciones de disminución de las bases de apoyo		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Posibilidades de movimiento.	Aplicación del movimiento en el desplazamiento corporal (Hacer-Saber).	Segmentos corporales, articulaciones, movimientos desplazamiento.	Realizar el plan de ejercicios asignados.
Expresión corporal.	Comunicación y relación desde la expresión corporal (Saber-Hacer).	Cuerpo, gestos y comunicación	Diseñar una muestra de comunicación corporal (mimo). Presentar un trabajo escrito.
Juegos predeportivos al baloncesto.	Aplicación de los juegos predeportivos (Hacer).	Coordinación- ojo- mano En el puesto Con desplazamientos	Participar en las acciones determinadas de predeportivos.



GRADO	CLEI 3	PERIODO	Periodo 2
OBJETIVO DE GRADO	Comprender el valor que tiene la actividad física para la formación personal desde la ejecución de patrones de locomoción, manipulación y equilibrio.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Realiza los movimientos básicos para el desarrollo de la velocidad. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Representa actividades propias para la expresión del movimiento. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Domina el manejo del cuerpo en la técnica de la saltabilidad 		
	<ul style="list-style-type: none"> Realiza actividades de manipulación y los aplica en juegos predeportivos al atletismo. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Movimiento aplicado a la velocidad.	Ejecución de la técnica de la carrera. (Hacer)	Carrera- corta. Carrera- media. Cambios- de dirección. Cambios- de ritmo.	Realizar diferentes distancias de carreras asignadas.
Actividad física y salud	Adquisición de elementos para la conservación de la salud (Saber – ser)	Sedentarismo Salud Prevención Tratamiento	Presentar un informe escrito y una cartelera sobre el tema asignado.
Expresión corporal.	Aplicación del esquema corporal en el manejo del corporal. (Saber – hacer)	Ritmo- coordinación. Movilidad- formaciones.	Preparar y presentar una rutina de combinación rítmica.
Predeportivos del atletismo	Participación en las combinaciones establecidas (Hacer)	Juegos Persecuciones	Ejecutar el plan de actividades asignado.



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	CLEI 3	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Comprender el valor que tiene la actividad física para la formación personal desde la ejecución de patrones de locomoción, manipulación y equilibrio.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	• Realiza los movimientos básicos para el desarrollo de la fuerza.		
	• Representa las diferentes posiciones y posturas de los segmentos corporales.		
	• Normas de higiene y respeto por el cuerpo.		
	• Realiza actividades de manipulación y los aplica en juegos pre deportivos al fútbol.		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Movimiento aplicado a la fuerza.	Participación en ejercicios para el mejoramiento de la fuerza. (Hacer)	Fuerza abdominal Fuerza de piernas Fuerza de brazos	Desarrollar el programa de ejercicios asignado
Desarrollo físico general.	Participación en el programa de desarrollo físico. (Hacer)	Resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad	Ejecutar el programa de ejercicios asignado
Respeto por el cuerpo humano.	Valoración del propio cuerpo y el de los demás. (Saber – ser)	Higiene- aseo- pulso, frecuencia cardíaca, enfermedades, cuidado corporal.	Presentar un informe escrito y una cartelera sobre el tema signado.



GRADO	CLEI 4	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Mejorar la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, personalidad e interacción social, por medio de la práctica de actividades físicas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	• Aplica la coordinación dinámica motora en la actividad física		
	• Relaciona los elementos de la coordinación dinámica		
	• Demuestra interés en la aplicación de la coordinación dinámica general		
	• Identifica y apropia temas específicos de la educación física		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física SABER	Los juegos olímpicos Historia de los juegos La maratón	Consultar temas relacionados con los juegos olímpicos
Coordinación dinámica	Aplicación de la coordinación dinámica general HACER	Coordinación Ojo- mano Ojo- pie Combinaciones	Ejecutar esquemas y movimientos con y sin elementos
Desplazamientos y saltos	Realización de movimientos con elementos HACER	Saltos con cuerdas, en el lugar y en desplazamiento variando apoyos, velocidad y repeticiones.	Ejecutar saltos de cuerda en el lugar y en desplazamiento, variando apoyos y repeticiones



Nombre del documento: Plan de Área Educación Física, Recreación y Deportes

GRADO	CLEI 4	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Mejorar la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, personalidad e interacción social, por medio de la práctica de actividades físicas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica la expresión corporal en las en las formas de relación y comunicación 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los elementos de ritmo y movimientos. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Presenta esfuerzo y voluntad en la realización de ejercicios 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica y apropia temas específicos de la educación física 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Realización de movimientos varios, en desplazamiento y en el lugar HACER	Lanzamientos Recepciones Drible	Realizar diversos movimientos con balón. Indicados previamente
Mejoramiento físico	Ejecución de rutina de ejercicios para mejorar fuerza y resistencia HACER	Fuerza brazos, piernas, abdominal Combinaciones Test de resistencia	Ejecutar diversa pruebas de fuerza y resistencia.
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física SABER	Deportes individuales Deportes de conjunto	Consultar temas específicos relacionados con la teoría de la educación física
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento SER	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar carteleras, con las normas de comportamiento, uniforme y convivencia que debe cumplir en la institución



GRADO	CLEI 4	PERIODO	III
OBJETIVO DE GRADO	Mejorar la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, personalidad e interacción social, por medio de la práctica de actividades físicas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica la práctica deportiva como elemento para la conservación de la salud 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra el conocimiento de los conceptos de la salud y el deporte 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Respeta el trabajo de los compañeros y participa con agrado en las practicas 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica y apropia temas específicos de la educación física. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica normas de comportamiento, normas de higiene, uniforme y convivencia. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Identificación de las partes del cuerpo. Músculos y sus movimientos HACER	Músculos Principales grupos musculares Movimientos en diferentes planos	Localizar diferentes músculos del cuerpo ,con sus respectivos nombres y movimientos
Deporte y salud	Elaboración de normas y pautas para mejorar la calidad de vida HACER	Deporte y salud Tabaquismo Drogadicción Alcoholismo	Elaborar carteles y ensayos con normas y pautas que mejoran la calidad de vida y la salud
Teoría de la educación física	Identificación y apropiación de conceptos teóricos de la educación física SABER	Mujer y deporte	Consultar temas específicos relacionados con la teoría de la Educación física
La convivencia	Aplicación de normas de convivencia, higiene, salud-uniforme y comportamiento SER	Normas de comportamiento Normas de higiene Uniforme Convivencia	Elaborar escritos, con las norma de comportamiento, y convivencia Portar el uniforme como lo indica el manual de convivencia



GRADO	CLEI 5	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacción social, mediante la aplicación de los patrones básicos de movimiento en las destrezas deportivas, artísticas y recreativas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta correctamente los gestos técnicos de la práctica deportiva en el voleibol en los partidos intraclase. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Favorece el mejoramiento de la condición física con la ejecución de los ejercicios de la resistencia general y específica. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Aplica la coordinación rítmica en el movimiento individual y su adaptación al trabajo en equipo. 		
	<ul style="list-style-type: none"> Construye la concepción sobre salud y calidad de vida desde la actividad física para su aplicación en la cotidianidad y su entorno. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Principios técnico – tácticos en el voleibol Acondicionamiento físico	Realización de los programas de ejercicios. <u>(hacer)</u>	Resistencia, progresión, secuencia, carrera, trote, caminata	Diseñar y ejecutar un programa de mejoramiento físico personal para la semana
Salud y calidad de vida	Integración de los cambios de ritmo y dirección <u>(saber - hacer)</u> Concepción de la salud y la calidad de vida	Ritmo, coordinación, movilidad, variación salud, enfermedades, hábitos, prevención actividad física	Presentar una rutina de ejercicios previamente asignados. Presentar un trabajo escrito y una cartelera sobre el tema.



GRADO	CLEI 5	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Fortalecer la capacidad motora básica para el desarrollo de los procesos de crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacción social, mediante la aplicación de los patrones básicos de movimiento en las destrezas deportivas, artísticas y recreativas.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Diseña un plan para la organización de un evento. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza la aplicación técnico – táctica en el baloncesto. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica técnicas de relajación para recuperar el estado inicial después de la actividad física. • 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Amplia los niveles de flexibilidad desde el desarrollo de un programa de ejercicios 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Organización deportiva	Presentación de un plan sobre la realización de un torneo deportivo. <i>(saber – ser)</i>	Planeación – comisiones – responsabilidades – funciones.	Presentar la planeación de un torneo en su comuna.
Control y recuperación física y mental Fortalecimiento corporal	Ejecución de las técnicas de control y relajación. Realización del programa de ejercicios	Técnicas de relajación – respiración – tensión – funciones de la mente. Fuerza abdominal-de piernas y de brazos	Elaborar una cartelera y un informe escrito sobre el control y la recuperación física y mental. Realizar un programa de ejercicios asignado
Plan de desarrollo corporal	Elaboración del plan de ejercicios personal para la vida <i>(saber – hacer - ser)</i>	Necesidades – diagnóstico - planeación	Presentar un informe escrito sobre el plan de desarrollo físico personal



GRADO	CLEI 6	PERIODO	I
OBJETIVO DE GRADO	Aplicar conocimientos teórico - prácticos propios de la educación física, la recreación y el deporte en la conservación de su cuerpo y en la organización de programas deportivos y recreativos.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	• Previene las lesiones deportivas y conoce los principios de su tratamiento.		
	• Organiza competencias deportivas.		
	• Favorece el acondicionamiento físico personal.		
	• Aplica las habilidades y destrezas mediante la práctica del fútbol de salón.		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Esquema corporal	Prevención y tratamiento de lesiones deportivas. <u>(saber – ser)</u>	Causas – consecuencias- prevención – tratamiento	Presentar un informe escrito y una cartelera sobre lesiones deportivas.
Organización deportiva	Planeación del torneo interclases <u>(saber - hacer)</u>	Partes de un plan – comisiones – funciones	Entregar la planeación de un torneo interclases.



GRADO	CLEI 6	PERIODO	II
OBJETIVO DE GRADO	Aplicar conocimientos teórico - prácticos propios de la educación física, la recreación y el deporte en la conservación de su cuerpo y en la organización de programas deportivos y recreativos.		
ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementa los niveles de fortalecimiento corporal. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Conserva la salud desde la actividad física. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Diseña programas recreativos para el aprovechamiento del tiempo libre. 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica habilidades y destrezas mediante la práctica del voleibol. 		

COMPONENTES	CRITERIOS DE DESEMPEÑO	NÚCLEOS TEMÁTICOS	ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO
Fortalecimiento corporal	Aplicación del programa de ejercicios para el desarrollo de la fuerza <i><u>(hacer)</u></i>	Fuerza de brazos – de piernas y abdominal	Ejecutar el plan de ejercicios asignado
Programación recreativa	Planeación e un programa recreativo <i><u>(saber - ser)</u></i>	Objetivos – comisiones – componentes - planeación	Presentar un plan para el desarrollo de un programa recreativo con los niños del colegio



10. BIBLIOGRAFÍA

- 1 La Educación Física y su Didáctica
Autor: ALONSO MARAÑÓN, P. y otros
Editorial: Madrid: Publicaciones I.C.C.E. 1994
- 2 Guía para una Educación Física no sexista
Autor: ÁLVAREZ BUENO, G
Editorial: Madrid: M.E.C. 1990
- 3 Aspectos básicos de la Educación Física en Primaria
Autor: ARRÁEZ MARTÍNEZ, J. M
Editorial: Wanceulen, Sevilla 1995
- 4 Materiales curriculares para profesorado de Educación Física
Autor: ARRANZ ALES, F.J
Editorial: Sevilla: Wanceulen. 1998
- 5 Desarrollo de la expresividad corporal
Autor: ARTEAGA, M. VICIANA, V. Y CONDE, J
Editorial: Barcelona: INDE.1997
- 6 La utilización del material y del espacio de Educación Física.
Autor: BLÁNDEZ ÁNGEL, J
Editorial: Barcelona: INDE. 1995