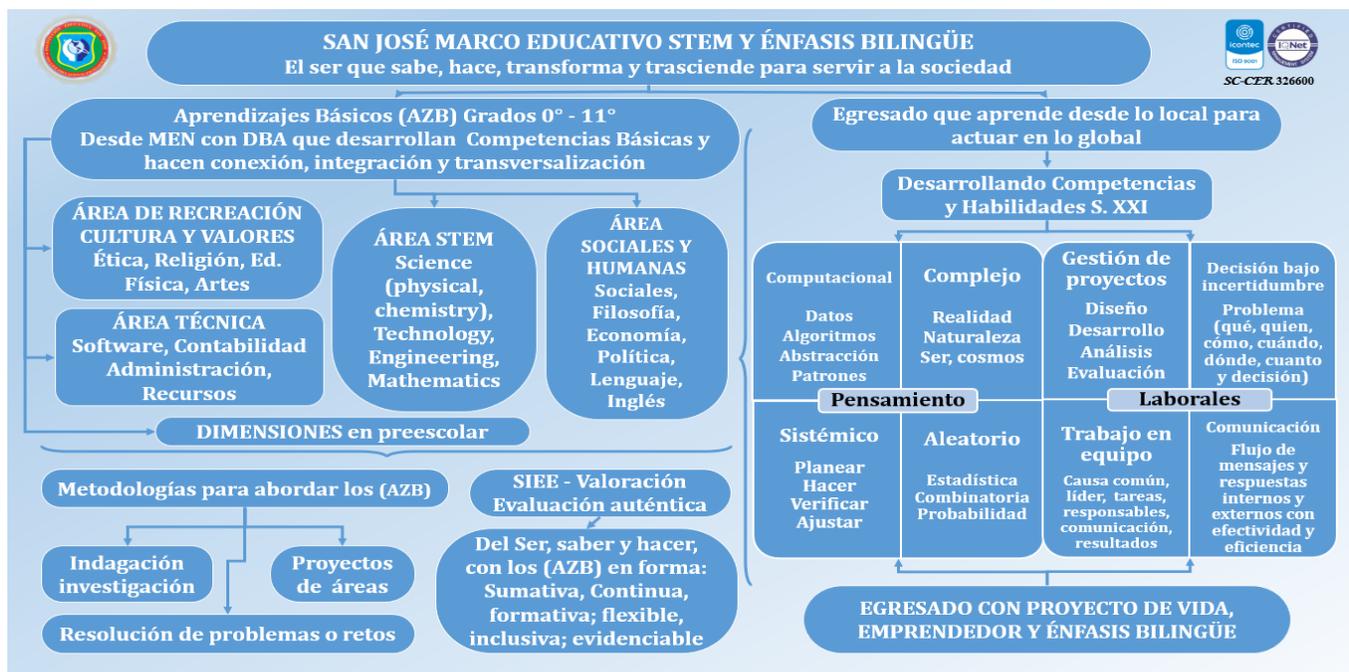




**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSÉ**  
 Aprobado por resolución municipal 461 de 25 de febrero de 2009  
 NIT. 811039369-3 DANE. 105360000083  
**"WE LIVE EDUCATIONAL EXCELLENCE"**  
**ESTRUCTURA GENERAL DE ÁREA**



**INFORMACIÓN GENERAL**  
**MARCO EDUCATIVO STEM**



## ÁREAS MARCO



**NOMBRE DEL ÁREA MARCO EDUCATIVO STEM: AREA DE RECREACIÓN CULTURA Y VALORES**

**ÁREA DE IDONEIDAD: EDUCACIÓN FÍSICA**

**OBJETIVOS GENERALES:**

De conformidad con la ley 115 de 1994, los objetivos de la educación física son: -La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el medio ambiente. - El conocimiento y ejercitación del cuerpo, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre, mediante la práctica de la educación física la recreación y los deportes adecuados a la edad y conducentes a un desarrollo físico armónico. También es de enseñanza obligatoria como proyecto pedagógico transversal el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo.

## **FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO COLOMBIANO:**

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y los demás valores humanos.

2. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.

10. La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la nación.

11. La formación en la práctica del trabajo mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.

12. La formación para la promoción y preservación de la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación y el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

## **MARCO LEGAL:**

**Marco Constitucional**, si bien es cierto que en la Constitución Política de Colombia no hay una referencia explícita a la educación física, no lo es menos que ésta, en cuanto práctica, se involucra el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, como alternativa para ejercer estos derechos consagrados.

Adicionalmente, el Art. 67 es contundente al establecer que el estado debe “velar por la formación moral, intelectual y física de los educandos”, lo cual señala la inevitabilidad de una educación física para los educandos.

### Marco normativo educativo

La Ley 115 General de Educación de 1994, reconoce la educación física como uno de los fines de la educación colombiana (Art. 5), de la Educación Preescolar (Art. 15; Literal d), como uno de los objetivos de la Educación Básica tanto para el ciclo de primaria (Art. 21; Literales h, i, j) como del Ciclo Secundario (Art. 22; Literal ñ);

igualmente le establece los objetivos (Art. 16, 20, 21 y 22), su carácter de proyecto pedagógico transversal obligatorio (Art. 14), la define como área fundamental en general del currículo (Art. 23) y de la Educación Media (Art. 32).

Dicha Ley igualmente proyecta la educación física hacia segmentos poblacionales específicos como la Educación para personas con limitaciones (Art. 46), las instituciones dedicadas a la educación especial (Art. 47), la Educación para adultos (Art. 50) y sus objetivos específicos (Art. 51, literal d.), la educación para grupos étnicos (Art. 55) y la educación campesina y rural (Art. 64).

Adicionalmente, la Ley General de Educación en su Artículo 141 determina los requisitos de infraestructura para la práctica escolar.

Así mismo son pertinentes, el decreto 1860 de 1996 –que establece las horas lúdicas y orienta la organización y evaluación del currículo- y la resolución 2343 de junio 5 de 1997, que dicta orientaciones sobre lineamientos curriculares e indicadores de logros para las diferentes Áreas Curriculares, entre ellas la educación física.

En referencia al PLAN DECENAL DE EDUCACIÓN en sus objetivos y metas se destacan los Numerales 3, 4, 7, 8 y 9 que hacen referencia al papel del conocimiento científico, la identidad nacional en su diversidad étnica y la promoción extraescolar de la ciudad educadora con calidad.

Marco normativo del sistema nacional del deporte, la educación física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre

La Ley 181 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica de la educación física (Art. 1); la recreación del sistema nacional de deporte, educación física y recreación (Art. 2); los objetivos rectores del Estado para garantizar su práctica (Art. 3); la definición de la educación física como una disciplina científica (Art. 10); reitera la responsabilidad del currículo por el Ministerio de Educación Nacional (Art. 11); el desarrollo de la educación física extraescolar como campo de intervención del sistema (Art. 12); la investigación científica y la producción intelectual (Art. 13); los programas de iniciación y formación deportiva, los festivales escolares, los centros de educación física y los juegos Intercolegiados (Art. 14)

Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (Art. 46); los objetivos del sistema (Arts. 47 y 48); la elaboración del Plan Nacional, sus objetivos,

instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones (Arts. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).

” El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social”

Los lineamientos curriculares de Educación Física del 2000, orientando y formando en la construcción del proceso educativo en cada uno de los actores que intervienen en la comunidad educativa.

La UNESCO en su carta internacional de la educación física y el deporte en 1978 establece “En su artículo primero, que la práctica de la educación física y el deporte es un derecho fundamental de todos.

” Decreto 1421 de 2017 Educación Inclusiva.

Ley 1503/2011 Hábitos, comportamientos y conductas seguras en la vía

## **MARCO CONCEPTUAL DEL ÁREA DE IDONEIDAD:**

Pensar el área de Educación Física desde el fundamento epistemológico implica la identificación de las diversas visiones de la misma. Al área de Educación física Recreación y Deporte le corresponden la formación de estudiantes competentes para vivir humanamente, teniendo como referente las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego. En esta concepción formativa, lo corporal es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. El juego es la condición posibilidad de lo lúdico como ejercicio de la libertad y de la creatividad humana. La actuación humana en el mundo, mediada por lo corporal, implica ser competente en lo motriz en procesos de adaptación y transformación, en lo expresivo, en procesos de autocontrol y comunicación; y en lo axiológico, para el cuidado y la preservación de las condiciones vitales del individuo, en concordancia con el entorno social y natural. La formación en Educación Física, Recreación y Deporte en el ámbito educativo no solo permite el desarrollo y fortalecimiento de las competencias básicas. Supone también el desarrollo y apropiación de unas competencias específicas propias del área.

●**La competencia motriz**, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia.

- **La competencia expresiva corporal**, debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones) de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades
- **La competencia axiológica corporal** entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente.



**DOCENTE:** MARTHA EUGENIA PATIÑO MAYA

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, trabajo en equipo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><i>Grado:</i></b>  PRIMERO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Explora posibilidades de movimiento en su cuerpo a nivel global y segmentario	Practica hábitos saludables para cuidar su cuerpo.	Ejecuta acciones de nutrición e higiene durante la jornada escolar.
2°	Explora manifestaciones expresivas para comunicar sus emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Desarrolla actividades lúdicas mediante el juego en donde manifiesta sus emociones.	Participa en el desarrollo de rondas y juegos infantiles.
3°	Reconoce la importancia de la actividad física para su salud.	Practica ejercicios físicos que se evidencian en su estado de salud.	Demuestra a través de su interacción en el juego la importancia de la actividad física.
4°	Explora prácticas de tradición de rondas y lúdicas de la familia.	Participa en rondas tradicionales con su familia y amigas.	Planifica y ejecuta una ronda tradicional en familia.

**DOCENTE:** MARTHA EUGENIA PATIÑO MAYA

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, trabajo en equipo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><u>Grado:</u></b>  SEGUNDO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Sigue orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Emplea la hidratación y buena nutrición para el buen desarrollo de las actividades físicas.	Aplica las recomendaciones sobre higiene corporal, antes, durante y después de la actividad física.
2°	Comprende que la actividad física se refleja en su calidad de vida.	Juega de acuerdo a su edad y preferencias en el contexto escolar.	Desarrolla juegos y actividades físicas de acuerdo con su edad.
3°	Explora formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.	Demuestra sus capacidades físicas durante el desarrollo de ejercicios gimnásticos.	Realiza ejercicios gimnásticos en diferentes modalidades.
4°	Explora y ejecuta movimientos con diferentes ritmos musicales.	Explora posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	Realiza movimientos corporales a través de diferentes ritmos musicales.

**DOCENTE:** MARTHA EUGENIA PATIÑO MAYA

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, trabajo en equipo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><i>Grado:</i></b>  TERCERO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Aplica las recomendaciones sobre higiene corporal, hidratación y nutrición antes, durante y después de la actividad física.	Practica hábitos saludables para cuidar su cuerpo.	Ejecuta acciones de nutrición e higiene durante la jornada escolar.
2°	Explora posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	Reconoce y realiza diferentes movimientos corporales siguiendo los ritmos de percusión.	Usa un ritmo de percusión para realizar movimientos corporales.
3°	Explora prácticas de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	Pone en práctica las orientaciones sobre juegos individuales y colectivos.	Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.
4°	Explora gestos, representaciones y bailes con diferentes ritmos musicales.	Expreso entusiasmo en las diferentes representaciones de bailes.	Ejecuta bailes con diferentes ritmos musicales.

**DOCENTE:** LEIDY TATIANA SALAZAR OSORIO

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, trabajo en equipo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><i>Grados:</i></b>  CUARTO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Practico diversas actividades físicas que mejoran la imagen y el concepto corporal	Ejecución actividades físicas que mejoran la imagen corporal	Realiza actividades físicas que mejoran la imagen corporal
2°	Ejecuto con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Práctica de movimientos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Realiza movimientos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.
3°	Reconozco y practico buenos hábitos saludables en la cotidianidad.	Conocimiento de hábitos saludables	Practica hábitos saludables en la cotidianidad.
4°	Realizo actividades físicas y juegos pre deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Ejecución de juegos pre deportivos	Practica de juegos pre deportivos

**DOCENTE:** FRANCIA SALDARRIAGA QUIROZ

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, trabajo en equipo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><i>Grado:</i></b>  QUINTO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Ejecuto con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Desarrolla habilidades coordinativas mediante ejercicios físicos	Realiza series de movimientos que fortalecen las capacidades perceptivo motrices.
2°	Experimento actividades físicas que permiten el mejoramiento de las capacidades físicas	Desarrolla actividades físicas que fortalecen las capacidades físicas.	Reconoce y efectúa ejercicios, individual o en grupo, para fortalecer las capacidades físicas.
3°	Realizo actividades físicas y juegos pre deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Incorpora en su vida el juego pre-deportivo como acercamiento a algunos deportes	Realiza ejercicios o juegos que permiten el acercamiento a algunos deportes.
4°	Utilizo en la vida cotidiana prácticas de deportes y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal.	Practica diferentes deportes de base y participa de actividades recreativas que generan bienestar corporal.	Aplica reglas sencillas en la práctica de actividades o deportes.

**DOCENTE:** GILBERTO TORRES

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, Pensamiento aleatorio, trabajo en equipo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><i>Grado:</i></b>  SEXTO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Relaciona las variaciones del crecimiento de su cuerpo con la realización de movimientos.	Practica actividades físicas de movimiento mejorando su aspecto físico.	Realiza actividades de variados ejercicios físicos.
2°	Comprende los conceptos de las pruebas que miden su capacidad física al participar en cada una de ellas	Reconozco y practico diferentes pruebas físicas que fortalecen el desarrollo físico corporal.	Practica diferentes disciplinas deportivas.
3°	Comprende diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de las emociones	Realiza movimientos de acuerdo a la expresión corporal	Comprende y ejecuta ejercicios de expresión corporal bajo ritmos musicales.
4°	Comprende que la práctica física se refleja en la calidad de vida.	Realiza pruebas físicas para su calidad vida.	Desarrolla diferentes ejercicios físicos y coordinativos.

**DOCENTE:** GILBERTO TORRES

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><u>Grado:</u></b>  SÉPTIMO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos. (C. Motriz)	Analiza los diferentes movimientos en el desplazamiento	Realiza diferentes juegos pre deportivos.
2°	Comprende la importancia de las reglas para el desarrollo del juego. (C. Motriz)	Interpreta las diferentes reglas en el juego.	Realiza y respeta las decisiones y reglas de juego.
3°	Comprende la importancia de su tiempo para la actividad física y el juego. (C. Axiológica corporal)	Analiza los diferentes espacios para la realización del juego.	Practica juegos en diferentes espacios deportivos.
4°	Procura cuidar su postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana. (C. Axiológica corporal)	Respeto las diferentes posturas corporales en la práctica deportiva.	Ejecuta movimientos corporales de forma técnica y segura.

**DOCENTE:** GILBERTO TORRES

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, pensamiento aleatorio, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><u>Grado:</u></b>  OCTAVO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Reconoce que el movimiento incide en su desarrollo corporal. (Motriz)	Reconoce y practica los diferentes movimientos corporales.	Ejecuta ejercicios físicos de acuerdo a sus capacidades condicionales.
2°	Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes practicas motrices y deportivas. (C. Motriz)	Realiza diferentes gestos técnicos deportivos en el juego	Ejecuta con calidad las técnicas deportivas.
3°	Selecciona actividades físicas para la conservación de su salud. (Axiológica corporal)	Reconoce prácticas deportivas para su bienestar físico-emocional	Realiza juegos con una buen practica en búsqueda de su bienestar.
4°	Relaciona los resultados de pruebas físicas de años anteriores con el fin de mejorarlas. (C. Motriz)	Realiza pruebas físicas para su mejoramiento físico.	Reconoce y ejecuta las diferentes pruebas físicas en pro de su mejoramiento físico.

**DOCENTE:** GILBERTO TORRES

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, pensamiento aleatorio, comunicación

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b>Grado:</b>  NOVENO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Controla la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.	Maneja los diferentes tipos de respiración en la actividad física.	Reconoce las diferentes formas de respiración.
2°	Comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable	Realiza ejercicios físicos para una vida saludable	Reconoce la importancia de la actividad física para una vida saludable.
3°	Reconoce sus potencialidades para realizar actividad física orientada hacia su salud.	Realiza ejercicios físicos para una vida saludable	Reconoce la importancia de la actividad física para una vida saludable.
4°	Se preocupa por la formación de hábitos de postura e higiene corporal. ( C. Axialógica corporal)	Aplica técnicas corporales adecuadas en la práctica física	Realiza gestos técnicos corporales adecuados en la práctica deportiva.

**DOCENTE:** MARIO CHICA ECHEVERRI

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, pensamiento aleatorio, comunicación, trabajo en equipo

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>  EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b><u>Grado:</u></b>  DECIMO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Ejecuta con calidad secuencias de movimiento con elementos y con obstáculos	Practica actividades físicas de movimiento que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Realiza ejercicios físicos coordinativos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.
2°	Presenta composiciones gimnásticas aplicando técnicas de diferentes modalidades	Reconozco y practico diferentes modalidades gimnásticas que fortalecen el desarrollo físico corporal.	Realiza coreografías gimnásticas individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.
3°	Participa en la organización de actividades y juegos institucionales, estableciendo acuerdos para su desarrollo	Conformo equipos de juego para participar en diversos espacios recreativos institucionales.	Ejecuta juegos pre deportivos y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal.
4°	Realiza montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana	Identifica y practica actividades dancísticas de Colombia	Elabora un montaje que combine danza-representación, determinando coreografía y planimetría.

**DOCENTE:** MARIO CHICA ECHEVERRI

**Competencias y habilidades del SXXI:**

Pensamiento sistémico, pensamiento complejo, pensamiento aleatorio,

**Competencias estándar o generales del área de idoneidad:**

- Competencia Motriz
- Competencia axiológica corporal
- Competencia expresiva corporal

<b><u>Área de idoneidad:</u></b>			
EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES  <b>Grado:</b>  UNDÉCIMO	<b><u>Aprendizajes básicos</u></b>	<b><u>Competencias particulares</u></b>	<b><u>Evidencias de aprendizajes y competencias</u></b>
1°	Aplica técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal.	Practica actividades físicas para mejorar la postura corporal.	Ejecuta ejercicios físicos para mejorar la técnica postural.
2°	Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables	Utiliza diferentes deportes alternativos como prácticas de actividad física y hábitos saludables.	Ejecuta técnicas y tácticas de prácticas deportivas
3°	Asume con autonomía y compromiso propio o con los compañeros las decisiones sobre momentos de juego	Conformo equipos de juego para participar en diversos espacios recreativos institucionales.	Ejecuta juegos pre deportivos y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal.
4°	Usa técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones	Participa en la realización de actividades expresivas corporales para expresar sus emociones.	Elabora y representa un guion teatral usando técnicas de expresión corporal .

## METODOLOGÍA GENERAL PARA DESARROLLAR COMPETENCIAS Y HABILIDADES STEM

Proyectos de aula o Proyecto de Investigación	Resolución de Problemas o Retos	Metodología de la pregunta o indagación
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selección de tema, nombre</li> <li>2. Hacer equipos, definir resultado esperado</li> <li>3. Planear y asignar responsabilidades</li> <li>4. Investigar, experimentar, debatir, retroalimentar</li> <li>5. Concluir, presentar, valorar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definir un problema</li> <li>2. Buscar varias soluciones</li> <li>3. Definir una solución</li> <li>4. Implementarla experimentando</li> <li>5. Concluir, presentar, valorar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hacer una pregunta</li> <li>2. Tormenta de hipótesis que la responde</li> <li>3. Experimentación</li> <li>4. Se recogen evidencias y se dan validaciones</li> <li>5. Se comparte y comunican resultados</li> </ol>

La principal característica de la educación STEM es que está basada en la práctica. La experiencia sustituye al aprendizaje pasivo y memorístico de tal manera que se ofrece un mismo concepto en diferentes contextos, para que el alumnado pueda crear conexiones entre las diferentes disciplinas a través de su propia experiencia. Además, es una muy buena herramienta para aprender a solucionar problemas, desarrollar la creatividad, la curiosidad, la paciencia y el trabajo en equipo. En tal sentido, desde el área pueden implementarse de transición al grado quinto los proyectos de aula y en los demás grados la resolución de problemas o retos y la metodología de la pregunta o indagación

**Flexibilización curricular:** Desde el área se respeta el diagnóstico diferencial de las estudiantes en situación de vulnerabilidad y se realizarán los ajustes pertinentes para minimizar barreras esto se refiere a todos los elementos que dificultan el acceso y/o permanencia a la educación de niños, niñas y jóvenes; ellas se encuentran en los contextos en los que se desenvuelven como: social, familiar, escolar entre otros siguiendo las orientaciones del DUA (Diseño Universal de Aprendizaje), que son un conjunto de principios y estrategias que incrementan las posibilidades de aprendizaje y orientan al maestro en la formulación de metodologías flexibles teniendo en cuenta la diversidad en el aula, además contando con el apoyo de la UAI (Unidad de Atención Integral).

El PIAR (Plan Individual de Ajustes Razonables) lo debe elaborar cada maestro siempre y cuando el DUA no sea suficiente para lograr que TODOS los estudiantes

participen y aprendan en el ámbito escolar. No es una planeación o currículo paralelo, se articula con el PMI (Plan de Mejoramiento Institucional)

## **VALORACIÓN - EVALUACIÓN INTEGRAL STEM**

La evaluación propuesta en la IE San José tiene como referentes: el Decreto único reglamentario del sector educación 1075 del 2015, los Estándares de calidad y los Lineamientos del MEN.

Esta valoración - evaluación está fundamentada en las siguientes premisas:

- El estudiante es un ser humano en proceso continuo de formación.
- En San José con los estudiantes vivimos la excelencia educativa.
- Cada estudiante tiene su propio ritmo y estilo de aprendizaje que debe considerarse.
- Los estudiantes que presentan dificultades para aprender deben ser atendidos a través de acciones complementarias.
- La evaluación integral compete a las directivas, a los maestros, estudiantes y padres de familia.

El área de idoneidad Educación Física atiende los principios de la evaluación de las habilidades del Siglo 21, y su concepción para ello se describe a continuación:

### **AUTOEVALUACIÓN Y COEVALUACIÓN:**

La autoevaluación permite que el estudiante participe en su proceso de formación desde su responsabilidad y honestidad. La autoevaluación y la coevaluación se interiorizan en la institución como un proceso significativo en el quehacer tanto académico como comportamental ya que le permite a cada estudiante y sus pares evaluar conjuntamente y de manera integral la culminación de cada período.

Este proceso se realiza con el estudiante buscando una actitud reflexiva y de confrontación, que le permita reconocer como ha sido su actitud frente al área, a sus responsabilidades, al docente y como parte importante de un grupo. La autoevaluación y coevaluación corresponde dentro de cada área al diez por ciento (10%) de cada periodo académico. Para la autoevaluación y coevaluación se contemplan los siguientes criterios:

- Inasistencias con y sin excusa.
- Participación en clase.
- Cumplimiento con todos los deberes contemplados en el acuerdo de convivencia.
- Actitud ante los llamados de atención.

Este proceso se lleva cabo 2 veces al año durante el año escolar; es decir, cada final de periodo. Sin excepción todas las áreas deben posibilitar la autoevaluación-coevaluación dentro de cada periodo académico, además de realizar la prueba de periodo.

La coevaluación se comprende como el momento evaluativo entre pares, es decir, los compañeros y compañeras de los estudiantes que participan en el proceso de aprendizaje evalúan el desempeño de otros. Es necesario establecer criterios claros que orienten la reflexión y participación de los estudiantes en la evaluación de sus compañeros.

Se trata de compatibilizar diferentes métodos de evaluación del aprendizaje del estudiante, aplicando la coevaluación para valorar algunas competencias de los alumnos, mediante la valoración de los trabajos realizados por los grupos de alumnos y expuestos en clase.

### **VALORACIÓN - EVALUACIÓN AUTENTICA**

La evaluación propuesta en la IE San José tiene como referentes: el Decreto único reglamentario del sector educación 1075 del 2015, los Estándares de calidad y los Lineamientos del MEN.

El área de idoneidad Educación física atiende los principios y pasos de la valoración-evaluación autentica así:

<b>VALORACIÓN-EVALUACIÓN AUTENTICA ES:</b>			
<b>Evidenciar o demostrar las competencias o saber hacer que desarrolla con el AZB</b>			
<b>En ella están inmersas otros tipos de evaluación:</b>			
<b>DÍAGNÓSTICA</b>	<b>FORMATIVA</b>	<b>SUMATIVA Y CONTINUA</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
<b>AZB y competencias previas</b>	<b>AZB a trabajar y las competencias que desarrolla</b>	<b>Desarrollar las competencias (lo que debe hacer con el AZB) implica procesos y productos o resultados constantes</b>	<b>Juicio y valoración integral a la evidencia, a los desempeños, al ser, incluye auto, coe y evaluación</b>

## RETROALIMENTACIÓN PARA TENER PRESENTE EN LA CALIFICACIÓN DE LA EVALUACIÓN VALORACIÓN AUTÉNTICA:

<b>GRADO: PRIMERO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Explora posibilidades de movimiento en su cuerpo a nivel global y segmentario	Difícilmente explora lateralidad y direccionalidad a nivel global y segmentario al mover su cuerpo	Confunde con frecuencia al explorar las formas básicas de movimiento, lateralidad, direccionalidad al mover su cuerpo	Explora posibilidades de movimiento en su cuerpo a nivel global y segmentario	Sugiere actividades para interiorizar los conceptos de lateralidad y direccionalidad a nivel global y segmentario
Explora manifestaciones expresivas para comunicar sus emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física	Difícilmente expresa sus emociones en el juego y las actividades físicas	Algunas veces expresa sus emociones en el juego y las actividades físicas	Explora manifestaciones expresivas para comunicar sus emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física	Controla sus emociones en el juego y las actividades físicas.
Reconoce la importancia de la actividad física para su salud.	Difícilmente reconoce las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física	Reconoce solo algunas de las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.	Reconoce la importancia de la actividad física para su salud.	Propone normas y principios para mejorar la higiene y salud en la realización de las prácticas propias de la actividad física.
Explora prácticas de tradición de rondas y lúdicas de la familia	Difícilmente explora el juego y las rondas como un momento especial en la escuela	Explora con dificultad nuevos juegos o rondas y lúdicas de tradición familiar	Explora prácticas de tradición de rondas y lúdicas de la familia	Inventa nuevos juegos o rondas y lúdicas de tradición familiar

<b>GRADO: SEGUNDO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Sigue orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Difícilmente sigue orientaciones sobre la higiene, nutrición e hidratación ni las tiene en cuenta para el desarrollo de las clases de educación física	Reconoce algunos de los elementos para hidratarse así como las orientaciones sobre su higiene y nutrición adecuada para el desarrollo de las actividades físicas	Sigue orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Sigue orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.
Comprende que la actividad física se refleja en su calidad de vida	Difícilmente comprende que las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física se reflejan en su calidad de vida	Le es difícil comprender que las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física se reflejan en su calidad de vida	Comprende que la actividad física se refleja en su calidad de vida.	Demuestra que las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física se reflejan en su calidad de vida
Explora formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas	No explora posturas en estado de quietud o en movimiento aplicados a los conceptos gimnásticos.	Trata de explorar distintas posturas en estado de quietud y en movimiento aplicados a los conceptos gimnásticos.	Explora formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas	Realiza distintas posturas en estado de quietud y en movimiento aplicados a los conceptos gimnásticos con gran elasticidad
Explora y ejecuta movimientos con diferentes ritmos musicales	Difícilmente ejecuta danzas o ritmos musicales	Ejecuta con dificultad danzas o ritmos musicales	Explora y ejecuta movimientos con diferentes ritmos musicales	Ejecuta con gran habilidad danzas o ritmos musicales

<b>GRADO: TERCERO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4.6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Aplica las recomendaciones sobre higiene corporal, hidratación y nutrición antes, durante y después de la actividad física.	Se le dificulta aplicar las orientaciones sobre la higiene, nutrición e importancia de la hidratación para el desarrollo de las clases de educación física	Utiliza algunos elementos para hidratarse y sigue algunas orientaciones sobre su higiene y nutrición adecuada para el desarrollo de las actividades físicas.	Aplica las recomendaciones sobre higiene corporal, hidratación y nutrición antes, durante y después de la actividad física	Propone estrategias para mejorar su salud e implementa rutinas para la correcta hidratación e higiene en las actividades físicas.
Explora posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	No explora ni realiza movimientos siguiendo ritmos lentos o rápidos a partir de la escucha de instrumentos de percusión y musicales	Realiza con dificultad algunos movimientos siguiendo ritmos lentos o rápidos a partir de la escucha de instrumentos de percusión y musicales	Explora posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	Manifiesta una gran habilidad para realizar movimientos siguiendo ritmos lentos o rápidos a partir de la escucha de instrumentos de percusión y musicales
Explora prácticas de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	Difícilmente participa en los juegos deportivos tanto a nivel individual como grupal programados en la escuela	Participa en algunos juegos deportivos tanto a nivel individual como grupal programados en la escuela	Explora prácticas de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	Se destaca en la participación de los juegos deportivos tanto a nivel individual como grupal programados en la escuela
Explora gestos, representaciones y bailes con diferentes ritmos musicales.	Difícilmente realiza coreografías o bailes sobre diferentes ritmos musicales	Realiza algunas representaciones y bailes sobre diferentes ritmos musicales	Explora gestos, representaciones y bailes con diferentes ritmos musicales.	Propone coreografías o bailes sobre diferentes ritmos musicales

<b>GRADO: CUARTO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Practica diversas actividades físicas que mejoran la imagen y el concepto corporal	Difícilmente logra practicar diversas actividades físicas que mejoran la imagen y el concepto corporal.	Practica pocas actividades físicas que mejoran la imagen y el concepto corporal	Practica diversas actividades físicas que mejoran la imagen y el concepto corporal	Propone diversas actividades que permiten el conocimiento de su imagen y concepto corporal.
Ejecuta con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Ejecuta con dificultad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices	Ejecuta algunas series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices	Ejecuta con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices	Propone, planea y realiza con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.
Reconoce y practica buenos hábitos saludables en la cotidianidad.	Difícilmente logra reconocer y practicar buenos hábitos saludables en la cotidianidad	Reconoce y practica pocos buenos hábitos saludables en la cotidianidad.	Reconoce y practica buenos hábitos saludables en la cotidianidad.	Propone buenas prácticas de hábitos saludables en la cotidianidad
Realiza actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Se le dificulta realizar actividades físicas y juegos predeportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes	Realiza algunas actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes	Realiza actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes	Practica actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten definir la preferencia y motivación con respecto a algún deporte

<b>GRADO: QUINTO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Ejecuta con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Difícilmente logra ejecutar con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Ejecuta con calidad algunas series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Ejecuta con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.	Propone, planea y realiza con calidad series de movimiento con pequeños elementos que mejoran las capacidades perceptivo motrices.
Experimenta actividades físicas que permiten el mejoramiento de las capacidades físicas.	Difícilmente logra experimentar actividades físicas que permiten el mejoramiento de las capacidades físicas.	Experimenta algunas actividades físicas que permiten el mejoramiento de las capacidades físicas.	Experimenta actividades físicas que permiten el mejoramiento de las capacidades físicas.	Propone y practica actividades físicas que permiten el mejoramiento de las capacidades físicas identificando cada una de ellas.
Realiza actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Difícilmente logra realizar actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Realiza algunas actividades físicas y juegos pre deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Realiza actividades físicas y juegos pre deportivos que permiten el acercamiento a algunos deportes.	Practica actividades físicas y juegos pre-deportivos que permiten definir la preferencia y motivación con respecto a uno o varios deportes.
Utiliza en la vida cotidiana prácticas de deportes y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal.	Difícilmente logra utilizar en la vida cotidiana prácticas de deportes y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal	Realiza algunas prácticas de deportes y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal.	Utiliza en la vida cotidiana prácticas de deportes y actividades recreativas que genere el disfrute y el bienestar corporal.	Propone diversas actividades relacionadas con el deporte ejecutando gestos técnicos y actividades recreativas en procura del disfrute y bienestar corporal.

<b>GRADO: SEXTO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Relaciona las variaciones del crecimiento de su cuerpo con la realización de movimientos.	Le da dificultad relacionar las variaciones del crecimiento de su cuerpo con la realización de movimientos	Relaciona algunas variaciones de su cuerpo con la realización de movimientos.	Relaciona las variaciones del crecimiento de su cuerpo con la realización de movimientos.	Propone diversas formas para representar las variaciones del crecimiento de su cuerpo.
Comprende los conceptos de las pruebas que miden su capacidad física al participar en cada una de ellas.	No comprende los conceptos de las pruebas que miden su capacidad física al participar en cada una de ellas.	Comprende algunos conceptos de las pruebas que miden su capacidad física al participar en cada una de ellas.	Comprende los conceptos de las pruebas que miden su capacidad física al participar en cada una de ellas.	Expone con facilidad los conceptos de las pruebas que miden su capacidad física al participar en cada una de ellas.
Comprende diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de las emociones.	Utiliza muy pocas técnicas de expresión corporal para la manifestación de las emociones.	Comprende algunas técnicas expresión corporal para la manifestación de las emociones.	Comprende diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de las emociones.	Comunica todas las técnicas de expresión corporal para la manifestación de las emociones
Comprende que la práctica física se refleja en la calidad de vida.	Le es difícil comprender los conceptos de la práctica física en la calidad de vida.	Comprende algunos elementos sobre la relación de la práctica física y la calidad de vida.	Comprende que la práctica física se refleja en la calidad de vida.	Modela los conceptos de la práctica física en la calidad de vida.

<b>GRADO: SEPTIMO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.	Le falta control del movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.	Controla algunos movimientos en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.	Controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.	Modela con éxito el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.
Comprende la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.	Evidencia dificultad en la importancia de las reglas para el desarrollo del juego	Debe Utilizar con dificultad algunas reglas para el desarrollo del juego.	Comprende la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.	Utilizas diversas formas para desarrollar un juego de forma sana.
Comprende la importancia de su tiempo para la actividad física y el juego.	Debe emplear el uso del tiempo en la práctica de la actividad física	Reconoce algunos elementos con dificultad del uso del tiempo para la actividad física.	Comprende la importancia de su tiempo para la actividad física y el juego.	Comunica con facilidad la importancia del uso del tiempo para la actividad física y el juego.
Procura cuidar su postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.	Comete errores en su postura en la práctica de actividad física y lúdica	Controla su postura en la práctica de actividad física y lúdica.	Procura cuidar su postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.	Modela con éxito el control de su postura en la práctica de actividad física y lúdica.

<b>GRADO: OCTAVO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Reconoce que el movimiento incide en su desarrollo corporal.	No reconoce que el movimiento incide en su desarrollo corporal	Algunas veces reconoce que el movimiento incide en su desarrollo corporal	Reconoce que el movimiento incide en su desarrollo corporal.	Siempre reconoce que el movimiento incide en su desarrollo corporal
Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes practicas motrices y deportivas.	No realiza prácticas motrices	Algunas veces realiza practicas motrices	Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes practicas motrices y deportivas.	Siempre realiza practicas motrices y algo mas
Selecciona actividades físicas para la conservación de su salud.	Comete errores al realizar prácticas para conservación de su salud	Algunas veces realiza prácticas para conservación de su salud	Selecciona actividades físicas para la conservación de su salud.	Siempre realiza prácticas para conservación de su salud
Relaciona los resultados de pruebas físicas de años anteriores con el fin de mejorarlas.	Debe utilizar algunas variaciones en las actividades físicas	Algunas veces realiza las actividades fisca	Relaciona los resultados de pruebas físicas de años anteriores con el fin de mejorarlas.	Siempre realiza actividades físicas

<b>GRADO: NOVENO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4.6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Controla la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.	No controla la respiración durante la actividad física	Algunas veces controla la respiración en actividades físicas	Controla la respiración y la relajación en situaciones de actividad física	Siempre controla la respiración en la realización de actividades físicas
Comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable	Se le dificulta comprender la importancia de la actividad física para una vida saludable	Algunas veces comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable	Comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Siempre comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable
Reconoce sus potencialidades para realizar actividad física orientada hacia su salud.	Se le dificulta las prácticas deportivas	Algunas veces reconoce su potencial para prácticas deportivas	Reconoce sus potencialidades para realizar actividad física orientada hacia su salud	Siempre reconoce su potencial para prácticas deportivas
Se preocupa por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.	Se le dificulta tener hábitos e higiene corporal	Algunas veces se preocupa por su formación de hábitos y postura corporal	Se preocupa por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.	Siempre preocupa por su formación de hábitos y postura corporal

<b>GRADO: DECIMO</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Ejecuta con calidad secuencias de movimiento con elementos y con obstáculos	Comete errores frecuentemente en la ejecución de secuencias de movimiento con elementos y con obstáculos	Ejecuta con dificultad algunas secuencias de movimiento con elementos y con obstáculos	Ejecuta con calidad secuencias de movimiento con elementos y con obstáculos	Propone otras formas de ejecutar con calidad secuencias de movimiento con elementos y con obstáculos
Presenta composiciones gimnásticas aplicando técnicas de diferentes modalidades	Difícilmente presenta composiciones gimnásticas aplicando técnicas de diferentes modalidades	Presenta algunas composiciones gimnásticas aplicando técnicas de diferentes modalidades	Presenta composiciones gimnásticas aplicando técnicas de diferentes modalidades	Propone diferentes composiciones gimnásticas aplicando técnicas de diferentes modalidades
Participa en la organización de actividades y juegos institucionales, estableciendo acuerdos para su desarrollo.	Difícilmente participa en la organización de actividades y juegos institucionales, estableciendo acuerdos para su desarrollo.	Con dificultad participa en la organización de actividades y juegos institucionales, estableciendo acuerdos para su desarrollo.	Participa en la organización de actividades y juegos institucionales, estableciendo acuerdos para su desarrollo	Propone y participa en la organización de actividades y juegos institucionales, estableciendo acuerdos para su desarrollo.
Realiza montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.	Difícilmente realiza montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.	Realiza algunos montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.	Realiza montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.	Propone y realiza montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.

<b>GRADO: ONCE</b>	<b>COMO CALIFICAR A PARTIR DE LAS COMPETENCIAS DESARROLLADAS CON LOS AZB, RESPETANDO SIEMPRE LA AUTO, COE Y EVALUACIÓN</b>			
<b>APRENDIZAJES BÁSICOS</b>	<b>1.0 A 2.9 BAJO</b>	<b>3.0 A 3.9 BÁSICO</b>	<b>4.0 A 4.5 ALTO</b>	<b>4. 6 A 5.0 SUPERIOR</b>
Aplica técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal.	Falla en la aplicación técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal	Aplica en forma básica algunas técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal	Aplica técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal	Propone y aplica técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal.
Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables	Casi nunca aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables	Aplica en su vida cotidiana algunas prácticas de actividad física y hábitos saludables	Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables	Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables y los proyecta a grupos diversos.
Asume con autonomía y compromiso propio o con los compañeros las decisiones sobre momentos de juego	Le cuesta trabajo asumir decisiones sobre momentos de juego	Asume algunas decisiones sobre momentos de juego	Asume con autonomía y compromiso propio o con los compañeros las decisiones sobre momentos de juego	Asume con autonomía y compromiso propio o con los compañeros las decisiones sobre momentos de juego y propone alternativas para su desarrollo
Usa técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones.	Hace poco uso de técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones	Usa algunas técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones	Usa técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones.	Usa y propone técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones

## TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS

NÚMERO	NOMBRE DEL PROYECTO	APRENDIZAJES DE CONEXIÓN ENTRE LA MALLAS Y EL PROYECTO
<b>1</b>	<b>Riesgos</b>	Todos aquellos relacionados con las rutas de evacuación, tiempos de desplazamiento, acompañamiento humano, plano de la institución, señalización, desplazamiento como: -Describe y representa trayectorias y posiciones de objetos y personas para orientar a otros o a sí mismo en el espacio circundante
<b>2</b>	<b>Plan Digital</b>	Todos aquellos donde se motive y utilice el uso de diferentes herramientas tecnológicas: Word, Excel, power point, prezzi, entre otros. Tablet, computadores, xo video beam, celulares, radio, televisión entre otros

**Recursos generales:** (son aquellos necesarios para prestar el servicio educativo) Los recursos son humanos, didácticos y físicos, así:

1. Recursos Humanos: Estudiantes, docentes, Padres de Familia, Profesionales en el área, directivas de la Institución.

2. Recursos Didácticos: Bibliobanco, textos de las estudiantes, materiales e implementos deportivos, recreativos, pequeños elementos. talleres, videos especiales, elaboración y práctica con juegos didácticos, Internet, participación en eventos deportivos, salidas pedagógicas, olimpiadas, blogs de profesores, estructuras del área, material elaborado por los docentes.

3. Recursos Físicos: Aula de clase, espacios físicos en casa tablero en acrílico, juegos, V.H.S., TV. espacios externos e internos como cancha, patio salón y otros, video bean

## RELACIÓN CON LOS ODS (OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE)

**Salud y bienestar:** Garantizar una vida saludable y promover el bienestar para todas las edades.

**Educación de calidad:** Garantizar una educación de calidad inclusiva y equitativa y promover las oportunidades de aprendizajes permanentemente para todas.

**Acción por el clima:** Tomar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Lineamientos curriculares de educación física.
- Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Ministerio de Educación Nacional. Colombia aprende.2010.
- Palabra Maestra. Habilidades del siglo 21 para todos.
- MEN. (1994). Ley general de Educación: Ley 115 del 8 de febrero de 1994. Bogotá, Colombia: El trébol.
- ALONSO MARAÑON, P y otros (1994). La Educación Física y su didáctica. Madrid: Publicaciones I.C.C.E
- BLANDEZ ANGEL, J (1995) La utilización del material y del espacio en Educación Física. Barcelona: INDE
- BLÁZQUEZ, D (1990) Evaluar en Educación Física. Barcelona: INDE
- 
- GUTIÉRREZ SANMARTIN, M. (1995) Valores sociales y deporte. La actividad física y el deporte como transmisores de valores sociales y personales. Madrid Gymnos