



Contenido

INTRODUCCION	2
APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS FINES DE LA EDUCACIÓN	2
APORTE DEL AREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVO DE CADA NIVEL	3
OBJETIVO GENERAL	4
REFERENTE TEÓRICO	4
OBJETO DE APRENDIZAJE	6
OBJETO DE ENSEÑANZA.....	8
FUNDAMENTO EPISTEMOLOGICO	9
IMPLICACIONES PEDAGOGICAS	10
CUADRO DE CONTENIDOS.....	11
METODOLOGIA	16
ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA	16
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PEDAGOGICAS	17
RECURSOS.....	18
BIBLIOGRAFIA	18



INTRODUCCION

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). Las finalidades de esta área se centran en el desarrollo humano y social, en un proyecto educativo que privilegia la dignidad humana y se ha transformando de acuerdo con las exigencias que la sociedad hace a la educación, las orientaciones de la Ley 115 y sus normas reglamentarias.

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. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundamental de la educación física, el deporte es una práctica cultural que puede caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto.

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.

APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS FINES DE LA EDUCACIÓN

La diversidad, vista en términos pedagógicos podría definirse como lo diferente, lo no semejante, la distinción cualitativa y cuantitativa en la formación de los sujetos (alumnos¹ y profesores) y en la vida material y espiritual de éstos. Mientras, la integralidad hace mención al grado de unidad del proceso educativo, a la integración de distintos ámbitos: cognitivo-afectivo, motriz, de actitud, en la formación de la personalidad de los escolares y en la organización y funcionamiento de grupos sociales.

La diversidad en Educación Física abarca innumerables aspectos tales como tendencias psicopedagógicas diversas, diferencias individuales manifiestas entre los niveles de desarrollo de los estudiantes, gran variedad de contextos socio-culturales en que ella se desarrolla, enfoques curriculares diferentes, diferencias en la formación profesional de los docentes, entre otros. La competencia del ser en el estudiante, es entendida como una



intencionalidad educativa que ha de lograrse en la diversidad. Pero esta intencionalidad educativa de acuerdo con las concepciones más actuales de aprendizaje motor tiene que basarse en gran medida en la variabilidad, entendida como la diversificación de las condiciones de práctica adaptada a las condiciones evolutivas para que, mediante dichas variaciones, durante su movimiento tenga que adaptar su respuesta y tomar decisiones.

Integralidad, variabilidad y diversidad son categorías diferentes que han de darse como una unidad en el proceso educativo para lograr una mayor contribución de la Educación Física a la formación global de la personalidad, utilizando las actividades físico-deportivas.

La Educación Física se enmarca como una rama especializada dentro de las Ciencias de la Educación, aunque vista en su sentido amplio constituye un término genérico abarcador también de las Ciencias del Movimiento Humano. La educación física como ciencia cuenta hoy con un sistema de conocimientos científicos y tecnológicos consolidado, con procesos de investigación en este campo que permiten obtener nuevos conocimientos y una profesión debidamente institucionalizada portadora de su propia cultura (Cultura Física) y con funciones sociales bien identificadas por esferas de actuación.

APORTE DEL AREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVO DE CADA NIVEL

El área aporta a este objetivo en la autonomía que tienen los estudiantes para orientar y liderar una actividad en el desarrollo de una clase, igualmente para asumir sus responsabilidades en el cumplimiento de las normas de una actividad.

La educación física se identifica con este objetivo en aceptar la diferencia que hay entre los sexos permitiendo exista un respeto y valoración mutua; a través de la formación y la práctica de algunas disciplinas deportivas.

La educación física permite un trabajo con la persona orientándola a que sea profesional integra, afronta con altura los inconvenientes que se presenten a nivel personal o profesional.

Los objetivos consignados en todos los programas son flexibles y posibilitan múltiples experiencias a los estudiantes con el fin de enriquecer sus vivencias y abrir alternativas de expresión psicomotriz que el estudiante pueda de múltiples maneras expresar a través de su movimiento o su lenguaje lo que piensa y siente mucho más importante



que una fundamentación técnico-deportiva, sigue siendo la preocupación por la socialización de los estudiantes; el estímulo permanente al dialogo, el trabajo en grupo, la crítica y el desarrollo de su autonomía personal .La educación física, recreación y deporte deben ser retomados como medio de formación, por cuanto se concreta en actividades de carácter lúdico que permitan el desarrollo de las dimensiones corporal-comunicativa ética y afectiva del hombre.

OBJETIVO GENERAL

Valorar los objetos que tienen la práctica habitual y sistemática de actividades físicas, en el desarrollo personal de los estudiantes como también en la perfección de las condiciones de calidad de vida y salud.

REFERENTE TEÓRICO

La educación física comprende procesos de conocimiento, desarrollo, valoración, cuidado y dominio del cuerpo para el cultivo de las potencialidades de la persona y adquisición de nuevos modelos de movimiento. Se incluyen la postura, el desarrollo motriz, la condición física y el dominio corporal del ser humano y son influenciados por leyes de crecimiento, maduración y ambiente. Son susceptibles de aprendizaje y perfeccionamiento, son de naturaleza biológica y psicológica. Forman un todo armónico y su cualificación implica una atención personal que responde a las características individuales, ambientales y culturales. La formación postural comprende aspectos biológicos, psicológicos y culturales de estructura anatómica, análisis de morfología, imagen corporal, tono muscular y actitud a través de los cuales se organiza su dinámica.

El desarrollo motriz comprende la evolución armónica de la motricidad humana en la cual su edad, el esquema corporal, el equilibrio y la coordinación, la lateralidad, la respiración, la relajación, así como las cualidades perceptivo motrices de percepción espacial y temporal. La concepción de educación física que se propone intenta aunar e integrar las distintas corrientes que actualmente coexisten. En este sentido, se admite la validez de las distintas funciones asignadas a la educación física por dichas corrientes: función de conocimiento; anatómico funcional; estética y expresiva; comunicativa y de relación; higiénica; agonística; catártica y placentera y de comprensión; en definitiva, la educación



física reconoce la multiplicidad de funciones, contribuyendo a través de ellas a la consecución de los objetivos generales de la educación obligatoria, por lo que debe recoger todo el conjunto de prácticas corporales y no aspectos parciales de las mismas. Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que deben dirigirse las acciones educativas se concretan en:

Educación en el cuidado de la mente.

Educación para la el perfeccionamiento físico y corporal.

Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectiva.

En la interacción social las actividades corporales y lúdicas juegan un papel fundamental como campo propio de la actividad y aprendizaje social y como objetos de representación de intereses y prácticas sociales en donde se aprende una ética, una política y una determinada percepción, usos y hábitos sociales del cuerpo.

Los usos sociales del cuerpo retoman un concepto aportado por la Antropología y la Sociología que precisa la forma como las distintas sociedades y culturas forman y asignan significados al cuerpo en una determinada sociedad. El uso no se refiere sólo a la utilización como objeto sino a unos conjuntos de conceptos, prácticos y sentidos con los cuales y sobre los cuales los individuos desarrollan una cultura sobre la corporalidad en la cual se integran hábitos, conductas, representaciones y acciones para la convivencia-La educación física busca como uno de sus propósitos la formación de los hábitos corporales, referidos a aspectos como la nutrición, la salud, la sexualidad, el cuidado del cuerpo, la actitud postural; y en el plano social procura el uso de las capacidades, el respeto y la valoración de los otros.

Expresión Corporal

A través de los procesos de expresión corporal se busca el desarrollo de las potencialidades comunicativas del movimiento corporal. Se trata de explorar la actitud corporal como lenguaje y abrir las posibilidades de diversos gestos que llevan a la manifestación interior y a la creación estética. Busca la exploración y el desarrollo de la sensibilidad del ser humano para el propio descubrimiento de sus potencialidades, con las



cuales pueda manifestar otras formas de acercamiento o rechazo conceptos o prácticas que intervengan en sus vidas.

Recreación

La recreación como experiencia lúdica es un proceso particular de múltiples interrelaciones con las dimensiones del desarrollo humano. La recreación no es una experiencia exclusiva de la dimensión corporal, pero encuentra en ésta el espacio privilegiado para su desenvolvimiento, dado su carácter vivencial, emocional y desinteresado.

El concepto de experiencia lúdica hace relación al conjunto de vivencias, experimentaciones y fundamentaciones generadas desde el juego hacia los distintos procesos del desarrollo humano. Ello significa que la experiencia lúdica no se reduce a un acto espontáneo, sino que implica una orientación pedagógica que no puede confundirse con esquematismos o abusos de uso del juego hasta hacer perder su sensibilidad y su sentido. Las actividades, en esta etapa, dejan de tener un sentido predominantemente lúdico y se va haciendo un tratamiento cada vez más específico en el desarrollo de los contenidos, tanto de condición física, con una clara orientación hacia la salud, como de las habilidades específicas, en donde se incluyen los juegos y deportes, las cualidades motrices, las actividades en el medio natural y las actividades de ritmo y expresión.

En la Educación Secundaria Obligatoria el área de Educación Física debe contribuir al logro de los objetivos generales de la etapa. Para ello, no es suficiente con desarrollar las capacidades instrumentales y habituarse a la práctica continuada de actividades físicas, sino que además hay que vincular esa práctica.

OBJETO DE APRENDIZAJE

Los objetos de aprendizaje son las competencias fraseológicas y/o perceptivas, socio y físico motrices. Se denomina desarrollo motriz una serie de cambios en las competencias motrices; es decir, en la capacidad para realizar progresiva y fundamentalmente desde el nacimiento hasta la edad adulta. Por medio de este desarrollo se logran procesos de adaptación orgánica y social que ayudan al dominio propio y del medio ambiente, hechos



que posibilitan a su vez usar las capacidades motrices como un medio que contribuya a los procesos de interacción con los demás.

El desarrollo motriz conduce a cambios en la estructura del individuo que se presenta progresivamente, dando lugar al aprendizaje de diferentes habilidades motrices, que contribuyen a sus procesos de desarrollo biológico, del pensamiento y de integración social, todos estos procesos se producen en interrelación continua, de manera que generan espacios para lograr la autonomía en el ser, propósito fundamental en la formación de las personas. Haciendo énfasis en la motricidad, es necesario tener conocimientos claros sobre la evolución biológica, psicológica y social del ser, y conocimientos específicos sobre pedagogía de la motricidad para formar procesos de desarrollo en la formación del ser, contener conocimientos de una serie de actividades físicas, juegos y técnicas motrices, ya que se requiere aplicar los estímulos fisicomotrices con cuidado y en el momento y la forma adecuada para no cometer errores que puedan incidir negativamente en el desarrollo de la salud del ser.

Es necesario partir del hecho de que el trabajo se va a realizar con personas y como tal, la complejidad de la tarea que se propone es significativa y la magnitud del compromiso bastante grande, lo que exige un alto grado de responsabilidad, capacidad, amor por parte de las personas que orientan el proceso.

En el área de Educación Física, además de conocimientos básicos de biología, fisiología, psicología y sociología se debe tener, entre otros, conocimientos específicos sobre pedagogía motriz, teoría y metodología de la educación física, y concretamente sobre todos los aspectos implicados en el desarrollo desde el prenatal hasta la madurez plena, para así lograr que se lleve a feliz término la transferencia de las tareas propuestas y que efectivamente se presenten los beneficios que supuestamente se esperan. Fundamentalmente el maestro debe desarrollar la capacidad para plantear los estímulos en el momento oportuno según el periodo de desarrollo en que se encuentre el ser, para así aprovechar al máximo el potencial de todas las posibilidades y lograr personas más competentes en todas sus facetas y específicamente en la motricidad, con el propósito



central de contribuir a la formación de personas sanas, felices, sociables y socializadas que aporten a la construcción de una sociedad que centre sus intereses en el bien común.

OBJETO DE ENSEÑANZA

Los contenidos de la Educación Física para la escuela primaria, hacen referencia las conductas sicomotoras agrupadas con fines didácticos en tres grandes campos a saber: Esquema Corporal, Conductas Motrices de base y Conductas Tempero Espaciales. En las unidades didácticas de los diferentes grados se desarrollan de manera integrada teniendo en cuenta que a medida que se va avanzando en edad y escolaridad, las exigencias se hacen mayores y el tratamiento más complejo.

En todas las unidades la preocupación está concentrada en la participación activa y permanente de los estudiantes durante los juegos y actividades de grupo derivadas de los deportes mencionados o de uno de sus elementos constructivos; la preocupación del maestro no será entonces la de lograr con los niños una ejecución técnica. Lo que realmente preocupa es el desarrollo de las competencias sicomotoras, el fomento de una actividad favorable hacia la actividad física, el esfuerzo del alumno por superarse y la construcción de valores sociales.

En la educación básica secundaria y media se continúa con el desarrollo de las competencias motrices, alrededor de los ejes temáticos de: Deporte, recreación, cultura física y organización. Para desarrollar los contenidos se recurre a un ordenamiento secuencial y sistemático de los aspectos a tratar en los diferentes grados, en concordancia con el desarrollo motor, cognoscitivo y socio afectivo del estudiante, garantizando niveles progresivos de exigencia, los cuales se han agrupado así:

Niveles de categoría de movimientos.

Mejoramiento y combinación de categorías de movimiento.

Socialización y aplicación de experiencias.

Perfeccionamiento de los fundamentos técnicos del movimiento.



FUNDAMENTO EPISTEMOLOGICO

A continuación se contemplan algunos aspectos teóricos relacionados con la articulación del área de Educación Física en el currículum educativo Colombiano.

El objeto de estudio de la educación física son las conductas motrices, como distintivo original al interior de la pedagogía. Conducta motriz entendida como un comportamiento integral, de base práctica o motora, que articula en el sujeto emociones, sentimientos, pensamientos... y expresiones concretas externas; al tiempo que se establecen relaciones sociales de comunicación específicas.

Por su carácter pedagógico, la educación física, si aspira a una misión exitosa, ha de inscribirse en un proyecto interdisciplinario con las demás áreas de la educación. En Colombia podríamos diferenciar dos líneas conceptuales en torno a la educación física: La Pedagógica, que reivindica prioritariamente el papel educativo del movimiento humano en sus múltiples expresiones, de las cuales el deporte es tan solo una más y la deportiva, de origen alemán, que reivindica prioritariamente el papel del deporte como fenómeno cultural que adquiere diversas connotaciones: competitivas, recreativas, sociológicas, comerciales y estéticas.

En la primera, la científicidad deberá buscarse especialmente en la pedagogía y las ciencias sociales. En la segunda, la científicidad está determinada especialmente por el aporte de las ciencias aplicadas al deporte; es esta postura el deporte desplaza en concepto de educación física. No obstante, las dos posiciones tienen puntos de contacto, de convergencia, por ejemplo en cuanto a superar la concepción de la educación física como un accionar netamente instrumental y reclamar un necesario enfoque interdisciplinario para su comprensión, proyección y trascendencia.

La educación física es hoy por hoy, un saber predominantemente técnico – instrumental, que solamente podrá trascender su predominio tecnológico, convirtiéndose en un poderoso medio de educación al inscribirse y articularse al saber pedagógico, más exactamente a un determinado proyecto pedagógico. Corresponde a la educación física contribuir a la pedagogía en su concepción de hombre, sociedad, educación y



conocimiento, desde su especificidad motriz, integrando a sus procesos de enseñanza – aprendizaje las consecuencias didácticas- metodológicas que de ellos se desprenden.

Como se puede vislumbrar desde la definición anterior, la Educación Física ofrece la tarea pedagógica, elementos básicos para la iniciación de la persona en el proceso cognitivo.

El movimiento es aprendizaje. Favorece el aprestamiento sensorial, perceptivo, atencional y memorístico, es decir los dispositivos básicos para la incorporación, retención y recuperación de conocimientos y los procesos de análisis y síntesis.

Sea cual sea la etapa evolutiva del individuo, adolescencia, adultez, o vejez, el desarrollo y/o ejercitación de su dimensión física, favorece sus desempeños en las demás áreas de su desarrollo como personal, irradiado en su entorno social.

IMPLICACIONES PEDAGOGICAS

No se puede entender la educación física como el proceso que tiende a la acumulación superpuesta de hábitos y datos, o como se ha dicho a la implantación del mayor número posible de hechos en jóvenes y adultos, sino más bien al proceso de vivir de un modo que las exprese conscientes críticamente de sí y de su entorno. Pues estas son las personas que, aprendiendo a forjar, reconocer y defender su propio proyecto pueden hacer lo mismo como un proyecto comunitario.

Se cree en la idea aún vigente de que la resolución de la conflictiva social, económica, cultural y política en el municipio de Medellín pasa en el quehacer educativo por la liberación de la estructura personal total del ser humano y la consolidación de su conciencia crítica, más por la sujeción a esquemas y programas redactados en otros municipios y departamentos.

La educación física presenta para su tratamiento y práctica, proceso que apunta al mejor desarrollo de la base biológica, de la madurez emocional, de la confianza y seguridad en sí mismo, de las capacidades de autodominio: sentir, pensar, actuar y crear libremente; ayuda a direccionar comportamientos negativos; cultiva la voluntad para llegar inclusive a romper el atavismo y el tradicionalismo.

CUADRO DE CONTENIDOS

CLEI III					
PROCESOS	SISTEMA	OBJETIVOS	TEMATICA SUGERIDA	LOGRO	COMPETENCIA
Esquema corporal y los procesos del movimiento.	"Mi Cuerpo – Su Estructura Y Funcionalidad."	Identificar los segmentos corporales y la funcionalidad de cada uno de estos en relación al desarrollo de actividades.	Reconocimiento del cuerpo.	Diferenciación de los diferentes segmentos corporales y la funcionalidad de cada uno de los mismos.	Propositiva. Identifica los segmentos corporales y sus posibilidades de movimiento mediante la ejecución de diferentes actividades.
		Desarrollar actividades que permitan la estimulación y potenciación de las Habilidades motrices básicas.	Desarrollo de habilidades motrices básicas: Correr. Saltar. Atrapar. Lanzar.	Desarrollo de acciones aplicadas a desplazamientos, lateralidad y ubicación espacial.	Procedimental. Discrimina algunas distancias y trayectorias recorridas por los cuerpos mediante la realización de actividades de lanzamientos, conducción y recepción.
Representaciones a partir de iniciativas propias.	Representación de situaciones de la vida a través del juego.	Identificar en el juego un espacio para el trabajo cooperativo y los vínculos sociales.	Juegos tradicionales. Juegos cooperativos. Juegos de conjunto. Iniciación a los juegos pre deportivos.	Identifico la importancia del juego desde la acción de trabajo en equipo. Preferencias y actividades deportivas y lúdicas.	Propositiva. Describe las características de los juegos de equipo, identificando la práctica de algunos de ellos. Relaciona sus propias posibilidades de movimiento individual y de equipo con las requeridas por los juegos de conjunto.

CLEI IV					
PROCESOS	SISTEMA	OBJETIVOS	TEMATICA SUGERIDA	LOGRO	COMPETENCIA
El juego como facilitador del Vínculo social.	Juegos autóctonos y tradicionales.	Proponer actividades de tipo competitivo, de ocio y recreación a partir de su participación en juegos autóctonos y tradicionales.	Actividades lúdicas deportivas: Juegos deportivos. Juegos cooperativos. Juegos autóctonos.	Valoración y preferencias frente a las actividades deportivas y lúdicas.	Procedimental. Participa activamente de diversas actividades lúdicas, recreativas, pre-deportivas y socioculturales.



EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FECHA: Marzo de 2012

VERSIÓN : 02

Página 12 de 18

		Reconocer la importancia de la práctica de actividades deportivas y lúdicas.	El juego como actor motriz. Potencialización de las habilidades motrices básicas.	Conocimiento y ejecución de los mini deportes.	Propositiva. Relaciona sus propias posibilidades de movimiento individual y de equipo con las requeridas por los juegos de conjunto.
Hábitos de cuidado personal y de su entorno.	Cuerpo, interacción e Iniciativa.	Reconoce el valor del cuerpo y aplica acciones de cuidado y respeto por este.	Cuerpo, acción y entorno. Construcción y apropiación de movimientos. Hábitos de cuidado personal y de su entorno.	Utiliza el entorno como el lugar de realización de sus posibilidades corporales.	Procedimental. Participa activamente de diversas actividades lúdicas, recreativas, pre-deportivas y socioculturales.

CLEI V

PROCESOS	SISTEMA	OBJETIVOS	TEMATICA SUGERIDA	LOGRO	COMPETENCIA
Fisiología humana y actividad física.	Sistemas corporales y su importancia en el desarrollo de las diferentes actividades físicas.	Estudiar los sistemas músculo-esquelético – nervioso y respiratorio y la funcionalidad de los mismos en el desarrollo de las prácticas deportivas. Conocer las ventajas del ejercicio y las desventajas de no hacerlo.	Sistemas fisiológicos: Muscular. Esquelético. Circulatorio. Endocrino. Inmune. Respiratorio. Fisiología del ejercicio: Cambios metabólicos. Actividad física y salud: Niñez. Adolescencia. Adulthood. Salud y nutrición.	Análisis y comprensión del funcionamiento de los sistemas fisiológicos en el desarrollo de la actividad física. Conocimiento segmentos corporales y su funcionalidad de necesidad primaria para el desarrollo de acciones motrices. Reconocimiento de Los beneficios en su organismo de la actividad física.	Procedimental. Maneja los distintos grupos musculares. Realiza trabajos de calentamiento general y específico. Disfruta de la práctica de la actividad física identificando la importancia y necesidad de una buena alimentación y de la práctica de actividad física. Reconoce las consecuencias del sedentarismo.



EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FECHA: Marzo de 2012

VERSIÓN : 02

Página 13 de 18

<p>Desarrollo de capacidades físicas</p> <p>Desarrollo de capacidades físicas</p>	<p>Aplicación de tareas para el desarrollo de la fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad.</p>	<p>Ejecutar actividades individuales, colectivas, de aplicación, utilizando los ejes corporales.</p>	<p>Actividades de desarrollo de capacidades físicas. Fundamentación teórica del desarrollo y funcionalidad de sistema motriz y las capacidades físicas. Pruebas de campo para el desarrollo de capacidades físicas.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de velocidad, flexibilidad, fuerza y agilidad para una valoración de las cualidades físicas.</p>	<p>Procedimental. Maneja ejercicios individuales, colectivos con y sin desplazamiento. Experimenta ejercicios relacionados con los ejes corporales.</p>
		<p>Ejecutar actividades individuales, colectivas, de aplicación, utilizando los ejes corporales.</p>	<p>Actividades de desarrollo de capacidades físicas. Fundamentación teórica del desarrollo y funcionalidad de sistema motriz y las capacidades físicas. Pruebas de campo para el desarrollo de capacidades físicas.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de velocidad, flexibilidad, fuerza y agilidad para una valoración de las cualidades físicas.</p>	<p>Procedimental. Maneja ejercicios individuales, colectivos con y sin desplazamiento. Experimenta ejercicios relacionados con los ejes corporales.</p>



EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FECHA: Marzo de 2012

VERSIÓN : 02

Página 14 de 18

CLEI VI

PROCESOS	SISTEMA	OBJETIVOS	TEMATICA SUGERIDA	LOGRO	COMPETENCIA
La actividad deportiva como proyección a la comunidad.	Elaboración y desarrollo de proyectos deportivos.	Identificar la importancia de las prácticas deportivas como parte fundamental para la proyección a la comunidad. Organizar eventos recreativos y deportivos para promover la integración institucional.	El deporte y la proyección a la comunidad. Administración deportiva. Elaboración de proyectos deportivos. Organización de eventos deportivos. Competencias deportivas y reglamentación. Deporte escolar y deporte social.	Elaboración y ejecución de proyectos que fortalezcan la integración institucional. Organización y ejecución de eventos gimnásticos para la valoración de juzgamiento.	Propositiva. Comprende el significado de organización deportiva y proyecto. Presenta proyectos para fortalecer la integración institucional. Procedimental. Organización y ejecución de eventos gimnásticos para la valoración de juzgamiento. Participa activamente en montaje de proyectos deportivos y recreativos.
Salud mental y salud física desde la ética deportiva y la actividad física.	Alteraciones y sustancias que atentan contra la salud del deportista.	Diferencia las diferentes sustancias dopantes y sus efectos en el organismo.	El dumping en el deporte. El dumping y sus efectos nocivos para la vida profesional del deportista. Alteraciones y sustancias que atentan contra la salud del deportista y del ser humano en las prácticas deportivas.	Reconoce las consecuencias que acarrearán el uso de las sustancias dopantes.	Propositiva. Comprende la importancia de la ética en el deporte como forma de exclusión de prácticas nocivas como el dumping y el uso de sustancias que atenten contra la salud.
	Beneficios de la práctica deportiva.	Utilizar las actividades al aire libre como medio eficaz para el desarrollo de creatividad, la voluntad, el carácter, la entereza, la responsabilidad y la personalidad.	Ocio y recreación aplicados a la salud mental. La lúdica y las prácticas de comunidad. La actividad física y la proyección de la salud mental.	Reconoce de los beneficios de los ejercicios físicos en su organismo.	Actitudinal. Adopta una actitud crítica frente a la importancia de salud mental en beneficio de las relaciones sociales.



EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FECHA: Marzo de 2012

VERSIÓN : 02

Página 15 de 18

<p>Desarrollo de capacidades físicas Desarrollo de capacidades físicas.</p>	<p>Aplicación de tareas para el desarrollo de la fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad.</p>	<p>Ejecutar actividades individuales, colectivas, de aplicación, utilizando los ejes corporales.</p>	<p>Actividades de desarrollo de capacidades físicas. Fundamentación teórica del desarrollo y funcionalidad de sistema motriz y las capacidades físicas. Pruebas de campo para el desarrollo de capacidades físicas.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de velocidad, flexibilidad, fuerza y agilidad para una valoración de las cualidades físicas.</p>	<p>Procedimental. Maneja ejercicios individuales, colectivos con y sin desplazamiento. Experimenta ejercicios relacionados con los ejes corporales.</p>
		<p>Ejecutar actividades individuales, colectivas, de aplicación, utilizando los ejes corporales.</p>	<p>Actividades de desarrollo de capacidades físicas. Fundamentación teórica del desarrollo y funcionalidad de sistema motriz y las capacidades físicas. Pruebas de campo para el desarrollo de capacidades físicas.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de velocidad, flexibilidad, fuerza y agilidad para una valoración de las cualidades físicas.</p>	<p>Procedimental. Maneja ejercicios individuales, colectivos con y sin desplazamiento. Experimenta ejercicios relacionados con los ejes corporales.</p>

METODOLOGIA

La Educación física se centra en las relaciones profesor/alumno que se establecen en un proceso de enseñanza y aprendizaje alrededor del movimiento humano como objeto de comunicación.

Dicho estudio se encuentra orientado hacia la búsqueda de explicaciones del cómo hacer posible que el alumno desarrolle sus capacidades físico motoras en condiciones que faciliten la significación y eficacia de las diferentes actividades en el proceso psicomotriz, validación y reconstrucción a través de propuestas concretas de intervención del docente orientadas por las finalidades educativas que se persiguen.

Técnicas

En el proceso de clases de Educación física hay realización de clases teóricas soportadas en el estudio y la practica permanente de los estudiantes.

Para complementar la teoría, en algunos casos se recurre a la técnica de dictado y la explicación magistral. Algunos ámbitos se trabajan con técnicas de exposición oral como mesas redondas y debates. La explicación de los diferentes deportes y su historia son ilustrados con la apreciación de videos. Se recurre a las habilidades creativas y manuales de los estudiantes para la creación de implementos deportivos como pesas ,guantes, pelotas de tela y bates de madera. Se aplica técnica de lectura individual y colectiva para la permanente actualización de noticias deportivas ,también técnica de resumen y presentación de trabajos escritos. En el ámbito de la expresión lúdica se emplean técnicas diversas de juegos tanto espontáneos como dirigidos, en ocasiones se otorgan espacios de libre esparcimiento donde cada estudiante decide la actividad a realizar por preferencia.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

Compuestudio, presenta contenidos básicos por grados, plantean actividades teóricas y prácticas, además estrategias en función de las competencias. El docente sirva de puente y genere independencia y motivación por el conocimiento. El programa y cronograma de las clases, disciplina al estudiante en un avance individual que implica aplicar habilidades de investigación



EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FECHA: Marzo de 2012

VERSIÓN : 02

Página 17 de 18

Apoyo teórico: consiste en proporcionarle al alumno el máximo de las teorías, historias, orígenes y reglamento de cada deporte por medio de explicaciones, orientaciones didácticas, investigaciones y talleres.

Apoyo práctico: llevar lo teórico a lo práctico a través de las técnicas requeridas por cada deporte, realizando ejercicios y repeticiones necesarias para el aprendizaje del alumno.

Apoyo gestual y verbal: Los apoyos gestuales y verbales consisten en instrucciones dadas de palabra y en demostraciones previas de la técnica a aplicar en el deporte o actividad a realizar, de tal manera que el alumno pueda entender e imitar al educador. Hasta lograr las exigencias de la actividad o deporte propuesto.

CRONOGRAMA EVALUATIVO

Total semanas 22

Semana 19 evaluación salida.

Semana 21 Actividades de apoyo.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PEDAGOGICAS

FECHA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ENCARGADOS
Octubre 3 y 4.	Jornada de aeróbicos.	Motivar a la comunidad educativa para que adopten la actividad física como una estrategia para prevenir el sedentarismo, y lo que este genera como la obesidad, la diabetes, la hipertensión y otras graves enfermedades cardiovasculares.	Docentes tiempo libre.
Octubre 25 al 25 de 2012.	Juegos callejeros y tradicionales.	Resaltar la importancia de los juegos tradicionales de la calle como un medio facilitador del aprendizaje, de experiencias e intercambio de habilidades y destrezas que consoliden la voluntad de participación de toda la población educativa.	Docentes tiempo libre.
Noviembre 6 al 9 de 2012.	Jornada de Karaoke y muestras artísticas.	Ejercitar el cuerpo, adquirir el ejercicio como un hábito.	Docentes tiempo libre.
Diciembre 4 al 7 de 2012.	Jornada lúdica.	Propiciar en los estudiantes de Compuestudio la importancia que tiene el aprovechamiento del tiempo libre en el empleo de las actividades lúdicas y recreativas como un medio de relajación y oxigenación del cuerpo humano y espacialmente nuestra mente.	Docentes tiempo libre.



EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FECHA: Marzo de 2012

VERSIÓN : 02

Página 18 de 18

Enero 22 al 25 de 2013.	Presentación de los juegos intercurros.	Motivar a los estudiantes a que participen en algunos deportes en horario extra, con el fin de que se integren y se alejen de los malos hábitos.	Docentes y estudiantes de Compuestudio.
Febrero 9 de 2013.	Jornada lúdico-deportiva.	Aplicar los fundamentos y reglamentos de los diferentes deportes en las actividades deportivas.	Estudiantes y docentes de Compuestudio.

RECURSOS

Humanos: Docentes del proyecto de tiempo libre, estudiantes representantes de grupo, coordinadores.

Físicos: Centro recreativos, auditorio de compuestudio, placas polideportivas, implementos deportivos.

BIBLIOGRAFIA

- PERA RESERO, Tucidades. Reglamento Oficial Ilustrado "Atletismo". Santafé de Bogotá: Panamericana. 1998. Págs. 198. "Baloncesto". Santafé de Bogotá: Panamericana. 1998. Págs. 198. "Voleibol". Santafé de Bogotá: Panamericana. 1998. Págs. 198.
- Revista Educación Física y Deporte. Vol. 13, Números 1-2 Enero – Diciembre 1991.
- Universidad de Antioquia. Educación Física y Deporte.