



INSTITUCIÓN EDUCATIVA KENNEDY  
"Formando Hombres y Mujeres de Bien para una Sociedad Mejor"

**Proceso:** Diseño y desarrollo académico

**Código:** ADC – F - 009

**Versión:** 04

**Nombre del documento:** PLAN DE AREA

**Fecha de Actualización:** Febrero/2017

## **PLAN DE ÁREA:**

EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

PROYECTOS INTEGRADOS:

TIEMPO LIBRE (FREE TIME)

EDUCACION SEXUAL

CONVIVENCIA

AFROCOLOMBIANIDAD

CEPAD-PRAE

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA KENNEDY**

Medellín



**ELABORADO POR**

**JAIME ALBERTO COPETE PEREA  
ANGELA MARIA SARMIENTO RUIZ  
ANDRES FELIPE VELASQUEZ BEDOYA  
ELIANA MARIA CASTAÑO CASTAÑEDA  
ROBERTO JAIRO ZAPATA PRECIADO  
ROCIO QUICENO HENAO**

**AÑO DE ACTUALIZACIÓN**

**2.020**



**ACTUALIZADO POR**

**JAIME ALBERTO COPETE PEREA**

**ANGELA MARIA SARMIENTO RUIZ**

**ANDRES FELIPE VELASQUEZ BEDOYA**

**ELIANA MARIA CASTAÑO CASTAÑEDA**

**ROBERTO JAIRO ZAPATA PRECIADO**

**ROCIO QUICENO HENAO**



## Contenido

1. INTRODUCCIÓN .....	6
2. JUSTIFICACIÓN O ENFOQUE DEL ÁREA .....	8
3. OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE .....	8
4. MARCO LEGAL .....	13
5. MARCO TEÓRICO .....	14
6. Marco contextual .....	24
<b>7. MARCO CONCEPTUAL .....</b>	<b>26</b>
8. DISEÑO CURRICULAR.....	29
8.1 GRADO PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO Y PROCESOS BÁSICOS.....	29
8.2 GRADO CUARTO, QUINTO Y ACELERACIÓN .....	47
8.3 GRADO SEXTO, SÉPTIMO Y ACELERACIÓN .....	60
8.4 GRADO OCTAVO Y NOVENO .....	87
8.5 GRADO DECIMO Y ONCE .....	114
9. METODOLOGÍA.....	143
10. RECURSOS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE .....	144
11. INTENSIDAD HORARIA .....	145
13. FLEXIBILIZACIÓN CURRICULAR PARA ESTUDIANTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES Y TALENTOS .....	148
14. ARTICULACIÓN CON PROYECTOS TRANSVERSALES .....	150
15. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS .....	151



"Formando Hombres y mujeres de bien para una sociedad mejor"



## 1. INTRODUCCIÓN

El plan de área de Educación Física, Recreación y Deporte de la Institución Educativa Kennedy está construido y actualizado acorde a las orientaciones que dispone el Ministerio de Educación Nacional. En él se contempla desde el enfoque del área, hasta las mallas de aprendizaje que se proponen para su desarrollo, pasando por objetivos, marco legal y teórico, metodología, evaluación, entre otros elementos que describen lo necesario para desarrollar el currículo de la Institución Educativa.

“Educación Física: la primera y más importante educación para la vida” Cajigal, 1978.

Las Orientaciones para la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física, Recreación y Deporte ofrecen una fundamentación conceptual, pedagógica y didáctica de las competencias específicas que posibilitan los procesos formativos en esta área obligatoria y fundamental del currículo. A su vez, contribuyen al desarrollo de las competencias básicas. Al área de Educación Física, Recreación y Deporte corresponde 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<sup>1</sup>, es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. El juego es la condición de 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. Desde esta perspectiva, el desarrollo de competencias supone realizar prácticas físicas, deportivas, gimnásticas, expresivas o atléticas, como medios para alcanzar fines educativos.

Esta perspectiva exige un replanteamiento didáctico que prioriza la intención formativa de estructurar métodos, procedimientos y modos de enseñanza y evaluación, que permitan alcanzar grados óptimos de desempeño en las competencias básicas y específicas, en cualquier contexto y con los múltiples medios propios de la diversidad del país. Abordar el área de Educación Física, Recreación y Deporte, desde esta perspectiva pedagógica, facilita comprender por qué en la enseñanza y el aprendizaje no es suficiente la adquisición de destrezas o el perfeccionamiento de nuevas formas de movimiento, sino que se requiere integrar a la formación del estudiante diversos conocimientos que lo hagan competente para actuar de manera apropiada y flexible en contextos variados y

---

<sup>1</sup> Lo corporal se refiere a la unidad dialéctica cuerpo-movimiento, en tanto no es posible pensar el cuerpo humano sin el movimiento y el movimiento humano sin el cuerpo.



cambiantes. Este planteamiento representa un giro fundamental que recoge las realizaciones históricas en la enseñanza de la disciplina y posibilita nuevos cambios con respecto a los aspectos y relaciones señalados en los Lineamientos curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte. La tarea formativa del área se concentra en la formulación de grandes metas, cuya función orientadora es indispensable para dotar de sentido a la diversidad de prácticas y tradiciones culturales que ella abarca.

Desde el plan de área se concibe que la educación física contribuye a los procesos de desarrollo y maduración de su potencial genético, además, la actividad deportiva entendida como juego o la actividad lúdica que implique movimiento, mejora significativamente las funciones cardiovasculares y contribuye a una adecuada maduración del sistema músculo-esquelético y de sus habilidades psicomotoras.

El ejercicio físico continuado, acompañado de una dieta equilibrada, va a contribuir a la regulación del peso corporal, También va a ayudar a la prevención de las enfermedades degenerativas como la arteriosclerosis, estrechamente relacionada con las enfermedades cardiovasculares.

En el niño un entrenamiento regular produce beneficios en las habilidades motoras y cognitivas, siendo beneficioso también para sus relaciones personales y en el grupo social que le rodea, aprendiendo a integrarse y obteniendo bienestar físico y psicológico. Todos los beneficios que se obtienen de una vida activa son especialmente significativos a partir de la pubertad.

Asimismo, Es el medio más eficaz e integrador para transmitir a todos los niños las habilidades, modelos de pensamiento, valores, conocimientos y comprensión necesarios para que practiquen actividades físicas y deporte a lo largo de su vida. Contribuye a un desarrollo integral y completo tanto físico como mental.

Es la única asignatura escolar que tiene por objeto el cuerpo, la actividad, el desarrollo físico y la salud. Ayuda a los niños a familiarizarse con las actividades corporales y les permite desarrollar ante ellas el interés necesario para cuidar su salud, algo que es fundamental para llevar una vida sana en la edad adulta, al mismo tiempo que comprenden la importancia que la realización de ejercicio físico tiene como prevención del desarrollo de algunas enfermedades.

Ayuda a los niños a respetar su cuerpo y el de los demás. Contribuye a fortalecer en los niños la autoestima y el respeto por sí mismos. Desarrolla en los niños la conciencia social al prepararlos en situaciones de competición para enfrentarse a victorias y derrotas, así como para la colaboración y el espíritu de compañerismo.

Proporciona habilidades y conocimientos que podrán utilizarse más adelante en la vida laboral dentro del campo de los deportes, las actividades físicas, de recuperación y tiempo libre que están cada vez más en auge.

Todas estas razones demuestran la importancia del trabajo desde el área de Educación Física, Recreación y deportes y por eso hace parte del Currículo de la Institución Educativa Kennedy y se implementa el plan de área en los niveles básica primaria, básica secundaria y educación media.



## 2. JUSTIFICACIÓN O ENFOQUE DEL ÁREA

El plan de educación física, recreación y deporte toma como soportes esenciales la misión, visión y horizontes institucionales para contribuir al desarrollo integral de personas que a través de sus acciones impacten el medio en el cual se relacionan con sus semejantes aplicando los valores institucionales que permean el aprendizaje. Desde el fortalecimiento del desarrollo motor, cognitivo, social y afectivo; por medio del deporte, la recreación, la lúdica, la cultura y el manejo del tiempo libre.

Partiendo de premisas sencillas:

“Todos nacemos dotados con capacidades que nos permiten relacionarnos con nuestro entorno.

El aprendizaje se considera como un proceso adaptativo que se edifica sobre estas primeras capacidades.

En dicho proceso de adaptación, el sujeto asimila (incorpora la realidad a sus propios esquemas de conocimiento) y acomoda (modifica dichos esquemas y genera otros nuevos).

La adquisición de conocimientos se alcanzara a través de un proceso activo de construcción personal en interacción con lo que rodea.”<sup>2</sup>

Desde los cuales pensamos la enseñanza y aprendizaje de la educación física como un proceso activo por medio del cual los estudiantes partiendo de las capacidades y saberes previos y mediante la orientación de los docentes e iguales, fortalece, mejora, amplia, desarrolla, enriquece, modifica, y diversifica dichas capacidades evidenciándolas gradualmente al ser más competente y autónomo en los diferentes axiomas desde lo cognitivo motriz afectivo y social desde lo personal y en colectivo.

Por consiguiente tomamos como ejes orientadores el juego e integramos las concepciones constructivistas al modelo institucional socio-critico como fuentes que permearan el empleo de la actividad lúdica como medio educativo en la educación física de la Institución Educativa Kennedy en búsqueda de construir hombres y mujeres de bien para una sociedad mejor.

## 3. OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE

### 3.1 Objetivo General:

---

<sup>2</sup> Tomado de: Juegos cooperativos y ed. física; Omeñaca Raul; Ruiz Jesús.3ra edición. 2011



Estimular la formación de actitudes y hábitos que favorezcan la conservación de la salud física y mental de la persona y el uso racional del tiempo.

### **3.2 Objetivos De Nivel:**

#### **Básica Primaria:**

- Appreciar la actividad física para el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia sí mismo - los demás y reconociendo los efectos del ejercicio físico, de la higiene, de la alimentación y de los hábitos posturales sobre la salud.
- Interiorizar el esquema corporal, percibiendo los cambios físicos que se van presentando en los individuos durante sus etapas de desarrollo.

#### **Básica Secundaria:**

- Identificar los juegos, deportes, la recreación y la actividad física como fuente de ocio, de ejercicio, de salud y de relación y cooperación con los demás, así como respetar las normas de los juegos y los deportes, aprendiendo a aceptar los resultados y a superar las dificultades y frustraciones que se puedan presentar.

#### **Media Básica:**

- Identificar los juegos, deportes, la recreación y la actividad física como fuente de ocio, de ejercicio, de salud y de relación y cooperación con los demás, así como respetar las normas de los juegos y los deportes, aprendiendo a aceptar los resultados y a superar las dificultades y frustraciones que se puedan presentar.

#### **Media Técnica:**

- Identificar los juegos, deportes, la recreación y la actividad física como fuente de ocio, de ejercicio, de salud y de relación y cooperación con los demás, así como respetar las normas de los juegos y los deportes, aprendiendo a aceptar los resultados y a superar las dificultades y frustraciones que se puedan presentar.

### **3.2 Objetivo De Grado:**

#### **Grado Primero:**



- Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.
- Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal.
- Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

#### **Grado Segundo:**

- Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.
- Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.
- Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

#### **Grado Tercero:**

- Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.
- Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.
- Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.

#### **Grado Cuarto:**

- Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.
- Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.
- Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

#### **Grado Quinto:**

- Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.
- Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.
- Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

#### **Grado Sexto:**

- Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.
- Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.
- Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.

#### **Grado Séptimo:**



- Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.
- Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.
- Entender la importancia práctica física en la formación personal como hábito de vida saludable individual y social.

#### **Grado Octavo:**

- Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.
- Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.
- Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.

#### **Grado Noveno:**

- Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.
- Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.
- Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.

#### **Grado Décimo:**

- Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.
- Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.
- Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.

#### **Grado Undécimo:**

- Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar.
- Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros.
- Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse de actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.
- Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.

### **3.3 Metas De Aprendizaje**

Utilizar metas e intereses ya existentes, pero no estar limitados por ellos.



Conocer y respetar los diferentes ritmos de aprendizaje

prestar atención a los progresos individuales y colectivos en la competencia motriz y las conductas pro sociales en el juego (esfuerzo, actuación prosocial, etc) y que se practica en otros ámbitos de la vida escolar, familiar y social.

Potenciar vínculos entre los estudiantes y la actividad lúdica deportiva recreativa y el buen manejo del tiempo libre.

Despertar la curiosidad, el deseo de participación y de mejora de las propias capacidades a través del juego etc.

Proporcionar juegos que sean acordes con las capacidades motrices de los estudiantes y que planteen situaciones problema que fomenten y evidencien en cada educando que se muestre progresivamente más competente.

Colaborar con los estudiantes a través del juego en la búsqueda de objetivos más realistas.

Evaluar el progreso en dichos objetivos, y proporcionar información a lo largo del proceso que permita fomentar el deseo de participación y de aprendizaje.

Envolver las diferentes dinámicas de clase entorno a la alegría, la cooperación y diversión enfocándonos en la mejora de las propias competencias y colaboración con los demás.

Adicionalmente; partir del juego como generador de situaciones y entornos dinámicos que crean acontecimientos para la construcción de aprendizajes significativos. El estudiante como centro del aprendizaje en la actividad lúdica. Y el grupo como regulador de las relaciones que se establecen en las diferentes acciones de clase desde el juego la recreación actividad lúdica cultural o deportiva.



#### 4. MARCO LEGAL

El plan de área de Educación Física de la Institución Educativa Kennedy está enmarcado en las leyes colombianas, como la Constitución Política de 1991, que en su Artículo 52 afirma que es responsabilidad del estado garantizar el derecho a las personas a la recreación, a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre.

En la ley general de educación (ley 115 de 1994) se plantea que la educación física es parte fundamental dentro de los objetivos de la educación. Así, en el artículo 5, numeral 12 se considera como uno de los fines de la educación: “La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre”<sup>3</sup> Asimismo, en su artículo 14 establece la obligatoriedad que en los establecimientos educativos se ofrezca en sus planes de estudio “El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo”<sup>4</sup>, por tanto en el artículo 23 establece el área de Educación Física como un área obligatoria y fundamental que debe formar parte del plan de estudios de cada institución educativa.

En la ley 181 de 1995 en la que se crea el Sistema Nacional del deporte y se dan orientaciones para fomentar el deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física. Entre ellas integrar al sistema educativo actual la promoción de este tipo de actividades.

En esta misma línea la ley 934 de 2004, establece la necesidad de incluir en los Proyectos Educativos Institucionales y en los planes de trabajo el área de Educación Física, Recreación y deporte, además que se cumpla con el establecimiento de una adecuada asignación académica en cada grado, así como los recursos necesarios, materiales y humanos que permitan el desarrollo de estos objetivos.

---

<sup>3</sup> Tomado de Ley General de Educación. Ley 115 de 1994. MEN.

<sup>4</sup> Tomado de Ley General de Educación. Ley 115 de 1994. MEN.

## 5. MARCO TEÓRICO

**5.1 Objeto De Conocimiento:** La educación física tiene como objeto de conocimiento el estudio del movimiento. Al abordar el campo del desarrollo motriz en el ser, se encuentra un complejo mundo cuyas dimensiones deben considerarse en forma global, organizada y sistemática. Es decir, cuando se pretende brindar estímulos con el propósito de buscar el desarrollo motriz, debe tenerse en cuenta que se va a realizar una actividad con un ser que tiene unas características generales propias de la especie, y de orden biológico, psicológico, social y cultural, que cualquier tipo de intervención debe tener presentes aspectos internos y externos del ser, ya que esto incide directamente o indirectamente en todas las dimensiones del desarrollo humano. Estas consideraciones conducen a sugerir que el maestro, y en especial el educador físico, que pretenden incidir en el desarrollo físico motriz del niño deben hacerlo desde una visión dinámica, evolutiva y prospectiva del ser humano para que ese niño llegue a convertirse en un adulto sano y feliz.

**5.2 Objeto De Aprendizaje:** Los objetos de aprendizaje son las competencias praxeológicas y/o perceptivo, 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 eficientemente diversas y nuevas acciones motrices que se producen 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.

**5.3 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. Con excepción de algunos elementos relacionados con la danza y la gimnasia, donde los alumnos aprenderán un baile de la región y algunas destrezas elementales concretas, en todas las otras 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.

#### **5.4 Enfoque Teórico Evolución Histórica De La Educación Física Escolar**

"Desconocer la historia, es estar dispuesto a repetirla". En nuestro país los cambios sociales y culturales han incidido de una manera directa en el desarrollo y evolución de la educación, marcado en su mayoría por otros países que han investigado y profundizado en el área. La educación física ha sido orientada, a través de la historia, por objetivos diversos según los intereses de los políticos de turno, lo cual le ha obstaculizado en gran medida sin que hasta ahora haya habido verdaderos procesos de desarrollo que le permitan ocupar el verdadero lugar que merece en el currículo escolar. Igualmente, quienes la han servido han sido inferiores al compromiso adquirido y sólo se han remitido a vivir de ella y no a proyectarla en sus verdaderas dimensiones y posibilidades en su papel fundamental en el desarrollo integral del ser humano. Con el nacimiento de la Colonia su papel fue lograr a través-de juegos que los indígenas recuperaran el vigor, la



alegría, la salud y la capacidad de trabajo. A comienzos de la República su misión fue preparar a los escolares física y militarmente para defender al país en caso de un intento de reconquista de España. El concepto de educación física estaba muy ligado al de la vida diaria e integrado al de la filosofía general de la vida; relacionado con la moral necesaria para la construcción de la nación y una formación militar e identidad con la patria naciente. En el año de 1844 Mariano Ospina Rodríguez legisla por primera vez en actividades gimnásticas, teniendo en cuenta la edad y la fuerza de los niños. Igualmente ellos deben ser un medio de recreo y no obligación y serán presididos por el director; que debe impedir que los niños se estropeen y se ofendan. En el año de 1871 a la educación física se le entrega el cuerpo como objeto de adiestramiento "se define la educación física como una rama de la educación que tiene por objeto esencial formar los diferentes órganos del cuerpo". Incluyendo la instrucción militar a la par con la formación del cuerpo y el espíritu. Las continuas guerras que le tocaba vivir al país hacían que la educación física siempre estuviera ligada a lo militar. Algunos de los principales libros que abordan la educación física, son manuales europeos traducidos al español; como el tratado teórico y práctico de gimnasia: traducción del francés por el hermano Luis Leonel (1872) que plantea que la enseñanza de la gimnasia tiene 3 partes. 1) Las diversas posiciones del cuerpo para cada ejercicio; 2) La manera de variar los ejercicios, y 3) el discernimiento para apropiarlos a los efectos saludables que deben producir con el objeto de "dar fuerzas en lo moral y en lo físico, para contribuir al bien general; la prosperidad pública tiene su fuente en la de cada uno de sus miembros" se expresa en el tratado la existencia de tendencias de la educación física basada en la fuerza y el vigor y una educación física orientada a lo estético. En esta época se aprecia una política centrada en el cuerpo cuya instrucción va a ser fundamental de la personalidad del ciudadano. A través de la ley 92 del 13 de noviembre de 1888 se reorganiza la instrucción pública, ordenándose la gimnasia como área obligatoria de colegios y universidades públicas y privadas y se difunden manuales para orientarla. El objeto de la educación física en las tres primeras décadas integró la moral, el orden y la higiene orientados por la iglesia, la nación y la salud pública. En esta época los médicos ejercieron una particular influencia sobre la educación. Al finalizar la guerra de los mil días a la educación física se le asigna una misión centrada a promover el juego en la escuela activa y a servir de estrategia para el empleo del tiempo libre en las nuevas condiciones de urbanización y naciente industrialización del país. En esta época se inicia una diferenciación entre los colegios privados y los públicos, en los colegios privados la orientación se basa en la higiene, disciplina y cuidado de su cuerpo a través de la gimnasia. Los colegios privados dirigidos por los hermanos cristianos y la comunidad salesiana, por un lado y los regentados por particulares la orientaron hacia la práctica de los deportes como actividad casi exclusiva de los aristócratas de la ciudad de Bogotá. En el año 1920 la gimnasia europea tiene una gran influencia en la educación física colombiana, las revistas gimnásticas son acontecimientos de gran importancia cívica. Igualmente, la moral, lo espiritual y la medicina mediante evaluaciones antropométricas señalan el derrotero de los tests como característica de la evaluación. La Ley 80 de 1925 adopta la educación física como política de Estado El progreso de las ciencias biológicas coloca a la educación física como factor importante en el progreso de los pueblos y en el bienestar y felicidad de los individuos. La Ley 80 tuvo como base a la legislación uruguaya, marcando una etapa de cambio con la asesoría extranjera, especialmente alemana, en el año de 1926 el gobierno contrata al alemán Hans Huber quien luego de dictar capacitaciones y clases de gimnasia es incorporado



como profesor de educación física en el Instituto Pedagógico Nacional encargado de la formación de maestras que posteriormente reproducen los programas en los seis años de educación con dos horas semanales mediante ejercicios de gimnasia corporal, ejercicios de gimnasia con aparatos, deportes, juegos, ejercicios de andar, saltar, correr, natación y paseos. Formación profesional de profesores de educación física En el año de 1936 el Ministro de Educación Darío Echandía, propone la restauración del niño a nivel fisiológico como medio de prevención y preparación intensa que le permita como futuro ciudadano defenderse en lo físico, en lo moral y en lo social y le atribuye a la educación física un papel fundamental en el logro de estas metas, igualmente implementa o crea el Instituto Nacional de Educación Física para la formación de profesores, con buena asignación de recursos y dependiente de manera directa del despacho del Ministro de Educación. Después de varios traslados se ubica en la Universidad Pedagógica Nacional, y se crea la Asociación de Profesores de Educación Física que desde su formación ha colaborado en forma activa en el desarrollo académico y pedagógico del área. En los años cuarenta la educación física tiene una tendencia más ligada a los procesos de formación cívica y social relacionada con eventos masivos y patrióticos. En el año de 1951 mediante resolución 251 se establecen planes y programas para la educación física en los planteles normalistas del país a través de actividades de carácter más técnico que incluyen softbol, basquetbol, voleibol y atletismo. Para hombres béisbol y fútbol como actividades atlético-deportivas, y en las actividades gimnásticas incluía la enseñanza de los ejercicios con o sin aparatos de los sistemas sueco, natural y alemán; gimnasia de desarrollo, ¡correctiva, rítmica y postura! y las danzas (para las mujeres). En los años sesenta la educación física empieza a diversificarse, se precisan las formas de organización escolar, la evaluación, el uso de uniformes y la formación especializada de los maestros. Mediante la resolución 2011 de 1967 se adopta el programa de educación física para la enseñanza media que tiene como propósito elevar el nivel de rendimiento de la juventud a través del planteamiento de objetivos inmediatos y mediatos, de carácter general y por grados. La estructura del programa comprende: La gimnasia con ejercicios de orden, locomoción, posiciones fundamentales, ejercicios localizados, ejercicios de libre iniciativa por parte del alumno, ejercicios de agilidad y destreza para damas, trabajos por grupos y evaluación. Atletismo: velocidad, saltos, lanzamiento. Deportes: Baloncesto, voleibol, fútbol, de los cuales se enseñan destrezas, juegos de aplicación, competencias adaptadas, información empírica sobre reglamento y evaluación. Danzas nacionales: Sólo para damas, es decir, para colegios femeninos. En esta época se centra la atención en lo técnico práctico del deporte, se da una diferenciación respecto a hombres y mujeres y el papel disciplinario. Se inicia una influencia de la educación física norteamericana y la evaluación se realiza a través del test de AAHPER. En los años setenta se consolida la orientación deportiva y la psicomotricidad para la secundaria y la primaria respectivamente. Se fortalecen los juegos escolares y los intercolegiados y las actividades recreativas y de tiempo libre, que se constituyen como componentes del estímulo y adquieren base legal tanto con la Ley 115 de 1994 como en la Ley 181 de 1995, tendiéndose con ello a la deportivización de la educación física a través de la cual con la creación en 1971 de Coldeportes, se pretende detectar talentos y futuras figuras de diferentes modalidades deportivas, situación que empobrece su función formativa---debido a las limitaciones de espacios y materiales, al igual que los intereses de los estudiantes y la diversidad de capacidades heterogéneas de ellos. La práctica se reduce a la repetición mecánica de algunos fundamentos que no se relacionan con las distintas dimensiones



de formación humana y social. A partir de allí la Asociación Colombiana de Profesores de Educación Física genera un replanteamiento pedagógico de la educación física lo que genera una transformación en la década de los noventa que busca generar unas mejores condiciones de ampliación de participación, la igualdad entre las relaciones hombre y mujer y respeto por el ambiente, el crecimiento de la cultura, urbana, etc. que generan unas nuevas condiciones a las cuales tratan de responder los cambios promovidos por la ley 60 de 1993, la Ley 115 de 1994, el Decreto 1860 de 1995 y la Resolución 2343 de 1996. Hoy día se presentan como problemas centrales de la educación física el tema del cuerpo, del tiempo y del espacio como nuevas perspectivas en el desarrollo del ser humano.

### **Cambios Sociales Y Educación Física**

Los profundos y veloces cambios en todos los aspectos de la vida y el papel que juegan en ello la ciencia y la tecnología han llevado a caracterizar la sociedad actual como sociedad de conocimiento. Si bien los cambios son denominador común en un mundo globalizado, distan mucho de ser equitativos. En una sociedad dominada por el conocimiento la distancia entre los países más desarrollados y los menos desarrollados tiende a aumentarse, dando origen a una nueva división entre países productores de tecnología y países consumidores. Las modificaciones en esta revolución tecnológica afectan la vida social y personal. Según la misión de “ciencia, educación y desarrollo” estos cambios han contribuido a transformar la educación y la cultura en tres aspectos:

1. La revolución de la información, la versatilidad e influencia de las telecomunicaciones y los medios de comunicación social han llevado al reconocimiento del pluralismo.
2. La democratización, entendida como un proceso hacia mayores grados de participación ciudadana, gana espacios en todo el planeta.
3. La ampliación de la frontera científico-tecnológica ha ido demoliendo poco a poco la tradición de pensamiento dogmático y permite vislumbrar un cambio en la mentalidad, no solo hacia la tolerancia, sino hacia la valoración positiva de la diferencia. Esta comisión también recomienda que como un importante competente del sistema educativo colombiano sería la incorporación de los estándares educativos de los sistemas avanzados occidentales, así como de sistemas de conocimientos regionales, autóctonos e indígenas.

Esto es la combinación de conocimientos de otros países con los conocimientos locales y ancestrales, en una apertura hacia el reconocimiento de diversas formas de conocer. Las transformaciones del conocimiento exigen una nueva capacidad de las personas en términos de iniciativas, toma de decisiones y comprensión global del proceso en el cual están insertos. Se presenta un cambio en los sistemas simbólicos y por tanto una transformación en los procesos mentales para adaptarse a nuevos procesos de organización y clasificación del pensamiento y de la memoria tanto a nivel de habilidades cognitivas como de comunicación. Es necesario transformar la educación física y atender procesos que antes no se habían atendido. Si bien la actividad y la fuerza física cumplieron un papel fundamental en la evolución del hombre y de la sociedad, la máquina primero y hoy la nueva tecnología, traslada el movimiento del plano de la fuerza y la potencia, al de la precisión



milimétrica, las relaciones y la velocidad. Se exigen nuevas habilidades motrices y la preparación de la condición física del hombre. La organización de empresas de alta tecnología, sistemas de comercialización de altas velocidades, clasificaciones precisas, acciones en espacios submarinos, subterráneos y siderales que exigen vida y movimiento sin la fuerza de gravedad, son ejemplos de una nueva realidad para la corporalidad del hombre. Así, el desarrollo del conocimiento, genera una nueva situación histórica, a la cual debe responder la educación física. Es una realidad que exige nuevas competencias para ser construidas desde la institución escolar, en la cual esta área cumple una importante acción a través del desarrollo de los procesos del movimiento corporal. Los grandes fenómenos de la educación y la información que llega a los hogares con mensajes permanentes sobre actividad física, deporte, moda, formas corporales, expresiones y juegos plantean un problema que debe ser asumido por la escuela. Esta circulación de información transforma las prácticas tradicionales y constituye una alternativa de acción con el estudiante ante quien circulan complejas realizaciones corporales que le pueden servir de referente para sus propias construcciones que tienen como eje la relación entre pensamiento y movimiento. Las nuevas condiciones, exigen una comprensión del desarrollo de la Educación Física desde su especificidad como área curricular y desde la relación con las demás áreas escolares para abrir espacios a experiencias y proyectos transdisciplinarios.

### **Referencias Socioculturales**

La sociedad colombiana atraviesa una etapa de transformaciones en todos sus campos, afectados por factores externos e internos de contradicciones políticas, desigualdades sociales, violencia, destrucción de vidas humanas y recursos naturales, concentración de la riqueza, desarrollo tecnológico y cambios del conocimiento que están transformando abruptamente los proyectos, los modos de vida y los valores. Así el momento actual demanda una reestructuración teórico – práctica de la educación física que tenga en cuenta “no solamente el conocimiento de las técnicas de aprendizaje de las actividades deportivas, sino el conocimiento de tales actividades como realidades sociales, culturales, económicas, en síntesis como realidades antropológicas”

### **Sociedad, Cultura Y Educacion Fisica:**

Investigaciones realizadas por diferentes autores encuentran que todas las culturas a través de la historia han desarrollado prácticas semejantes a las actividades deportivas y recreativas actuales, que el movimiento corporal desempeña una función esencial en la evolución del hombre, en su relación con el medio y en el desarrollo cerebral y que el juego es el elemento fundamental de la cultura. Los autores alemanes han dedicado su investigación al estudio del deporte como fenómeno cultural del movimiento, característico de las sociedades modernas. Se puede afirmar que las actividades corporales han ganado divulgación y legalidad tanto en la sociedad, en general como en las instituciones encargadas de su desarrollo, entre estas, el estado, la escuela y la familia, se observa como han pasado, especialmente en nuestro contexto, de ser una actividad en muchos casos desconocida a una actividad, de alguna manera, imprescindible para la vida. En el juego y sus manifestaciones que se consideran como fundamento y factor de la cultura, se producen profundas



transformaciones. Son múltiples sus variaciones, sus usos reales y virtuales, sus énfasis y esquematizaciones. El juego es tema de interés en las discusiones sobre pedagogía y educación, libertad, ética y política, espectáculo, uso del tiempo y el espacio, estrategias de paz y convivencia. La recreación se reconoce como una necesidad vital, como derecho y como ámbito de experiencia personal y social; Las prácticas corporales son espectáculo y mercado, pero también formas de expresión, de encuentro e intercambios. Prácticas de riesgo, deportes estaremos. Multiplicación de espectáculo por los medios de comunicación en donde se difunden, se proyectan y desde donde cautivan o aplastan al televidente. Empleo político e ideológico del espectáculo que neutraliza la atención, que distrae, que unifica para contralor. El proceso de construcción cultural desde la educación física no puede actuar a margen de estos y otros fenómenos mundiales, como el deporte y la utilización del tiempo libre, que se desarrolla conforme a múltiples perspectivas e interés entre los cuales se hace dominante el deporte, espectáculo y consecuencias ideológicas, políticas y sociológicas al servicio de la sociedad de consumo. Esta diversidad demuestra la función esencial y las determinaciones sociales sobre la educación física y su posibilidad de intervención en la formación de cultura y sociedad. Dentro de los procesos de cambio que demanda la sociedad colombiana, está la necesidad de construir una sociedad democrática, digna y justa, y la recuperación del potencial de los seres humanos como autores y actores de las manifestaciones de la cultura. En esta construimos la educación física juega un papel fundamental ya que en sus practica se evidencian procesos de participación y organización.

### **Educación Física Globalización y Diversidad Cultural:**

Colombia es un país en el que la diversidad constituye uno de los rasgos de su identidad que se expresa en multiplicidad de características personales, de culturas, etnias, regiones geográficas, sectores sociales, paisajes urbanos y rurales en las diferencias de género y de edades. La diversidad e la geografía hacen de Colombia un país de regiones cuyas características de relieve, clima, y ambiente determinan las particularidades que deben asumir las prácticas de la educación física. Los horarios, los espacios y los tipos de actividad diferentes según la región. No se trata de mantener una situación de aislamiento sino de precisar lo pertinente y no impones una serie de prácticas que no corresponden en el contenido o en la forma, a las peculiaridades de cada región. Lo urbano y lo rural son un factor decisivo en la construcción el currículo. La diferencia de condiciones del campo y las diferentes ciudades obliga a una atención específica, por ejemplo, en aspectos como las dosis de trabajo físico, la orientación en el espacio, tiempo y actividades recreativas. Las particularidades del campo y la ciudad abren la posibilidad de experiencias curriculares, diversas relacionadas con el cuidado y preservación del medio ambiente y la valoración de cada cultura. La tradición es un factor a considerar en la atención a lo diverso. No se trata de establecer un apego acrítico a lo tradicional sino expresar que una obligación de la educación física con la cultura nacional está en el rescate y enseñanza de costumbres y valores que, en su proceso de construcción y transmisión a través de distintas generaciones han identificado a los colombianos en general y a sus respectivas regiones, como la hospitalidad, la capacidad de trabajo, el respeto a la palabra empeñada el amor a la naturaleza y el respeto por los mayores. Tener en cuenta estas tradiciones que esta generación reinterpreta pero no destruye constituye un importante trabajo de investigación en innovación curricular.



### **Dinámica De Cambio En La Escuela**

Es importante tener en cuenta que la apertura de la educación a los campos del conocimiento y a las necesidades sociales exige que las instituciones escolares construyan un currículo que se oriente a la formación de sujetos que manejen el conjunto de conocimientos y destrezas necesarias para participar en la vida pública y desenvolverse productivamente en la sociedad moderna que implica la formación de sujetos autónomos, capaces del manejo de un determinado tipo de conocimientos y destrezas y conscientes de su pertenencia y responsabilidad cultural y de su capacidad de orientación y de gestión. A esta dinámica de cambio busca responder los fines de la educación colombiana, los objetivos comunes de todos los niveles y los objetivos específicos de cada nivel que amplían y profundizan la fusión de la escuela para que asuma su participación activa e internacional en la formación del ser humano como totalidad sin privilegiar algunos aspectos sino reconociendo la importancia a todas las dimensiones del desarrollo humano que son interdependientes, lo cual hace imposible actuar desde una sola dimensión o valorar un comportamiento humano de manera parcial. En ese proceso, la educación física ha ganado un espacio para su desarrollo que le asigna un alto grado de responsabilidad en las grandes generaciones, no solamente en el desarrollo del campo físico, la lúdica, la práctica del deporte y la preservación de la salud si no esencialmente, en las diferentes dimensiones del desarrollo individual y social. Por las razones expuestas, lo corporal y lo lúdico son aspectos de interés en las instituciones escolares y hace de la educación física uno de los ejes de los proyectos educativos institucionales, reconociendo que en ello se concreta el proyecto pedagógico necesario para que la escuela cumpla su papel transformador de la cultura a través de la formación de hombres y mujeres con competencias y habilidades para aprender haciendo, tomar decisiones, actuar adecuadamente el conflicto, adaptarse al cambio permanente y asumir liderazgo para la construcción de una nueva sociedad.

### **TENDENCIAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA (A Nivel De Práctica Escolar):**

- Énfasis en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física.
- Énfasis en las actividades recreativas y tiempo libre.
- Énfasis en la psicomotricidad.
- Énfasis en la estética corporal, el mantenimiento de la forma y la salud.
- Énfasis en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas.

Implícita o explícitamente quienes sirven al área han deambulado, profesionales o empíricos, por estas tendencias que a través de la historia, nos han venido trayendo naciones extranjeras, producto de corrientes/pedagógicas que ha determinado su evolución



Todas estas comentes pedagógicas son analizadas por la comunidad académica colombiana, en especial para la estructuración del currículo y orientar la actividad pedagógica del maestro.

### **Fundamento Epistemológico**

Los profundos y veloces cambios en todos los aspectos de la vida y el papel que juegan en ello la ciencia y la tecnología han llevado a caracterizar la sociedad actual como sociedad de conocimiento. Si bien los cambios son denominador común en un mundo globalizado, distan mucho de ser equitativos.

En una sociedad dominada por el conocimiento, la distancia entre los países más desarrollados y los menos desarrollados tiende a aumentarse, dando origen a una nueva división entre países productores de tecnología y países consumidores.

Las modificaciones en esta revolución tecnológica afectan la vida social y personal. Según la misión de “ciencia, educación y desarrollo” estos cambios han contribuido a transformar la educación y la cultura en tres aspectos:

1. La revolución de la información, la versatilidad e influencia de las telecomunicaciones y los medios de comunicación social han llevado al reconocimiento del pluralismo.
2. La democratización, entendida como un proceso hacia mayores grados de participación ciudadana, gana espacios en todo el planeta.
3. La ampliación de la frontera científico-tecnológica ha ido demoliendo poco a poco la tradición de pensamiento dogmático y permite vislumbrar un cambio en la mentalidad, no solo hacia la tolerancia, sino hacia la valoración positiva de la diferencia.

Esta comisión también recomienda que como un importante competente del sistema educativo colombiano sería la incorporación de los estándares educativos de los sistemas avanzados occidentales, así como de sistemas de conocimientos regionales, autóctonos e indígenas. Esto es la combinación de conocimientos de otros países con los conocimientos locales y ancestrales, en una apertura hacia el reconocimiento de diversas formas de conocer. Las transformaciones del conocimiento exigen una nueva capacidad de las personas en términos de iniciativas, toma de decisiones y comprensión global del proceso en el cual están insertos.

Se presenta un cambio en los sistemas simbólicos y por tanto una transformación en los procesos mentales para adaptarse a nuevos procesos de organización y clasificación del pensamiento y de la memoria tanto a nivel de habilidades cognitivas como de comunicación.

Es necesario transformar la educación física y atender procesos que antes no se habían atendido. Si bien la actividad y la fuerza física cumplieron un papel fundamental en la evolución del hombre y de la sociedad, la máquina primero y hoy la nueva tecnología, traslada el movimiento del plano de la fuerza y la potencia, al de la precisión milimétrica, las relaciones y la velocidad. Se exigen nuevas habilidades motrices y la preparación de la condición física del hombre.



La organización de empresas de alta tecnología, sistemas de comercialización de altas velocidades, clasificaciones precisas, acciones en espacios submarinos, subterráneos y siderales que exigen vida y movimiento sin la fuerza de gravedad, son ejemplos de una nueva realidad para la corporalidad del hombre.

Así, el desarrollo del conocimiento, genera una nueva situación histórica, a la cual debe responder la educación física. Es una realidad que exige nuevas competencias para ser construidas desde la institución escolar, en la cual esta área cumple una importante acción a través del desarrollo de los procesos del movimiento corporal.

Los grandes fenómenos de la educación y la información que llega a los hogares con mensajes permanentes sobre actividad física, deporte, moda, formas corporales, expresiones y juegos plantean un problema que debe ser asumido por la escuela. Esta circulación de información transforma las prácticas tradicionales y constituye una alternativa de acción con el estudiante ante quien circulan complejas realizaciones corporales que le pueden servir de referente para sus propias construcciones que tienen como eje la relación entre pensamiento y movimiento.

Las nuevas condiciones, exigen una comprensión del desarrollo de la Educación Física desde su especificidad como área curricular y desde la relación con las demás áreas escolares para abrir espacios a experiencias y proyectos transdisciplinarios.

### **Implicaciones Pedagógicas**

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 el mayor número posible de niños, 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 con 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 que hacer educativo por la liberación de la estructura personal total del hombre y la consolidación de su conciencia crítica, más que por la sujeción a esquemas y programas redactados en otros municipios y departamentos. La educación física presenta para su tratamiento y práctica, procesos que apuntan 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.



## 6. Marco contextual

La institución educativa Kennedy, se encuentra ubicada en la comuna 6, en el barrio Robledo Kennedy, zona noroccidental de Medellín. Establecimiento que cuenta con 3100 estudiantes en sus 4 sedes de primaria y su sede de bachillerato; orientados por 90 docentes, 5 coordinadores y un rector.

Atiende una población muy variada, no solo del barrio sino de los sectores aledaños, debido al desplazamiento intraurbano y las fronteras invisibles, los estudiantes provienen de hogares heterogéneos, disfuncionales de estratos 0, 1 y 2, compuestos por madres cabeza de familia, y en algunas ocasiones por padres; encontrando además que los escolares conviven con otros parientes cercanos; los cuales están al cuidado de ellos ya que los padres deben ausentarse para cumplir con sus trabajos.

El motor económico del sector es el trabajo informal, el rebusque, el trabajo en casa de familias, ventas ambulantes, entre otros. El comercio formal representado por almacenes, supermercados, restaurantes, papelerías, etc.

En la población se evidencia una problemática caracterizada por la descomposición social que repercute en la comunidad educativa, ocasionada por la pérdida de valores, expresada en deficientes relaciones familiares y sociales, y reflejada en distintos tipos de violencia.

Por estar inmersa en este ambiente, la comunidad educativa sufre los efectos de manera directa manifestados en varias formas: la violencia intrafamiliar y social, el alcoholismo y la drogadicción, el desconocimiento del estado social de derecho y la escasa participación en la vida institucional.

Por lo tanto, el contexto donde se encuentra inmersa la institución educativa se caracteriza por un bajo nivel educativo, cultural y social, lo cual incide en la cotidianidad de la escuela y en la generación de una violencia gestual, verbal y física, que desemboca en un deterioro de las relaciones interpersonales, familiares, sociales y el desempeño académico.

La infraestructura con la que cuenta la institución y las diferentes secciones presenta deterioro en techos paredes pintura, inmobiliario en regular estado, cuenta con salas de internet con limitaciones de interactividad y conexiones, placas deportivas. Hay ausencia de zonas verdes, por lo tanto, el espacio es insuficiente para la cantidad de estudiantes para realizar las actividades lúdicas, recreativas, educativas, culturales, que conlleven a una socialización permanente en toda la comunidad educativa,

Para fortalecer los procesos nos valemos de diferentes entidades: el INDER, Programa Todos a Aprender, el Sena, Mova, entre otros; que con sus proyectos mejoran los ambientes escolares y la práctica docente.



Los estudiantes de la institución tienen gran gusto por las actividades, deportivas, culturales, rítmicas e interactivas.

Son colaboradores serviciales de buen trato con sus mayores e iguales, les agradan las actividades que generan en ellos diferentes movimientos cognitivos desde los retos mentales, físicos, el trabajo en grupo, las manualidades y actividades familiares. Dentro de las carencias que se observan es el poco acompañamiento familiar, responsabilidad con deberes escolares, en algunas ocasiones el trato entre los semejantes, en bachillerato la pérdida de motivación para realizar actividades deportivas por situaciones personales familiares o sociales. El porte del uniforme y espacios con las condiciones apropiadas para el desarrollo de las clases ya que el clima también es un factor que condiciona el desarrollo de las diferentes actividades escolares.

Además:

<b>DEBILIDADES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Falta de docentes especializados en el área de educación física, recreación y deportes en los niveles de preescolar y básica primaria.</li> <li>- Falta de recursos didácticos e implementos apropiados para el desarrollo de las capacidades motoras de los educandos.</li> <li>- Falta de espacios físicos apropiados para la ejecución y desarrollo de las actividades pedagógicas propias del área.</li> <li>- Cultura adquirida por los estudiantes sobre el concepto que tienen sobre el área de educación física. (Solo fútbol y baloncesto)</li> </ul>
<b>OPORTUNIDADES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presencia de entes gubernamentales tales como el Inder, entre otras en la ejecución de actividades complementarias.</li> <li>- Clubes deportivos en el sector.</li> <li>- Participación de juegos intercolegiados e interclases.</li> <li>- Proyección a nivel local y nacional de los diferentes grupos deportivos y culturales de la institución</li> </ul>
<b>FORTALEZAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposición y compromiso de los docentes asignados al área.</li> <li>- Empatía que sienten y demuestran los educandos frente al área.</li> <li>- Docentes especializados en el área en los niveles de básica secundaria y media.</li> <li>- Inventario existente de algunos implementos básicos.</li> </ul>
<b>AMENAZAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflicto social armado.</li> <li>- Influencia e inducción al micro tráfico y consumo de sustancias psicoactivas.</li> <li>- Desórdenes alimenticios.</li> <li>- Familias disfuncionales.</li> <li>- Desmotivación de los estudiantes de los grados superiores frente al área.</li> </ul>



Todos los anteriores aspectos son muy importantes, ya que son tenidos en cuenta en nuestro P.E.I. (Proyecto Educativo Institucional) Y Planes de Áreas durante la planeación y desarrollo de las actividades de clase y la metodología al vincular el contexto, la familia, las actividades rutinarias, los diferentes ritmos de aprendizaje y la evaluación como un proceso integral; al generar situaciones y ambientes de aprendizaje.

## 7. MARCO CONCEPTUAL

### **Educación Física:**

Es una disciplina pedagógica. Es la ciencia y el arte de ayudar a los sujetos en el desarrollo intencional (armonioso, natural y progresivo) de sus facultades de movimiento y de sus facultades personales (González, 1993 citado por Chaverra et al., 2010). Entonces desde esa mirada, se puede considerar que la educación física pretende “la formación del ser humano, por medio de la motricidad, entendiendo esta última como medio y fin en sí misma, como vivenciación del cuerpo. La motricidad comprende la expresión motriz intencionada de percepciones, emociones, sentimientos, conocimientos y operaciones cognitivas con el objeto de lograr potencialidades que conduzcan al perfeccionamiento del ser humano” (Chaverra et al., 2010, p. 37).

### **Actividad Física:**

Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, que se requieren para las tareas cotidianas de la persona (pasear, ir de compras, higiene personal, trabajo doméstico, tiempo libre, etc.), y solicitan un mínimo gasto energético.

### **Esquema corporal:**

Representación mental que cada uno tiene de todas y cada una de las partes del cuerpo, así como de su conjunto tanto en reposo como en movimiento. / Es la intuición de conjunto o el conocimiento inmediato que poseemos de nuestro cuerpo en situación estática o en movimiento

### **Juego:**

Actividad física o mental sometida a reglas, que tiene como principal finalidad la recreación, diversión o entretenimiento de quien o quienes la ejecutan, en la cual entran en competencia la táctica y estrategia, aplicadas junto con la habilidad y la suerte del jugador o jugadores.

**Lúdica:**

Es un juego, diversión, vocablo creado por el psicopedagogo suizo Édouard Claparède (1873-1840)]. Pertenece o relativo al juego o a la diversión.

**Recreación:**

Es una toma de posición que facilita satisfacer esa necesidad de encuentro, diversión, placer y libertad. Donde muchas veces los sujetos nos encontramos con nuestras propias limitaciones, viviendo situaciones de displacer.

**Deporte:**

Ejercicio físico, tomado como juego y competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeto a unas reglas. 3. Ejercicios físicos reglados, reglamentados, sistematizados e institucionalizados con objetivo lúdico-agonístico.

**Equilibrio:**

Capacidad de mantener la estabilidad del cuerpo en una posición estática y/o dinámica. En las posiciones del cuerpo humano sólo se distinguen dos tipos de equilibrio: el equilibrio estático y el equilibrio dinámico.

**Equilibrio dinámico:**

Capacidad de mantener la estabilidad del cuerpo desde posturas estables e inestables, modificando su posición en el espacio.

**Equilibrio estático:**

Capacidad de mantener la estabilidad del cuerpo desde posturas estáticas sin modificar su posición en el espacio.

**Coordinación:**

Es la capacidad física que tiene el cuerpo humano para movilizarse o desplazarse sincrónicamente, a través de movimientos ordenados de los músculos y el esqueleto.

**Coordinación óculo manual:**

La coordinación ojo-mano, también denominada como coordinación óculo-motora, óculo manual, o viso motriz, se puede definir como la habilidad que nos permite realizar actividades en las que utilizamos simultáneamente los ojos y las manos.

**Coordinación óculo pédica:**

Es la sincronía entre el ojo y el pie. 2) Este tipo agrupa los movimientos en los que se establece una relación entre un elemento y nuestros miembros inferiores.

**Simetría:**

Regularidad en la disposición de los segmentos y/o en la realización del movimiento, a partir de un eje imaginario ubicado en el propio cuerpo.

**Fuerza:**

Según Goldspink (1992) es “la capacidad de producir tensión, que tiene el músculo, en un tiempo determinado”.

**Flexibilidad:**

Amplitud de movimiento, que permite una articulación o un grupo de articulaciones.

**Resistencia:**

Cualidad física (motora). Mantenimiento de un esfuerzo. Capacidad de posponer la aparición de la fatiga en una actividad física persistente desarrollada por medio de movimientos generales de todo el cuerpo (Larson y Michelman, 1973).

**Velocidad:**

La velocidad es la capacidad que permite ejecutar uno o varios movimientos en el menor tiempo posible.

**Test físico:**

Prueba física (psicomotora o motora) mediante la cual se evalúa parte de la condición (aptitud) o de la forma física de una persona (deportista).

**Imagen corporal:**

Es la percepción que uno tiene de su cuerpo como resultado de las experiencias y relaciones establecidas entre el individuo y el medio, tanto físico como social.

**Ajuste postural:**

El ajuste postural en Educación Física consiste en el equilibrio y control postural. El equilibrio estático es la habilidad de mantenerse quieto y estable sin movimiento. Por otro lado el equilibrio dinámico es la habilidad de mantenerse estable y adaptar el cuerpo en las acciones que incluyan desplazamiento o movimiento.

**Formas Básicas de Movimiento:**

Puede definírsele como los cambios de posición de todo el cuerpo en el espacio o de algunos segmentos respecto de otros

## 8. DISEÑO CURRICULAR

# 8.1 GRADO PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO Y PROCESOS BÁSICOS

<b>Objetivo</b>	Reconoce la forma adecuada de interactuar corporalmente con los diferentes elementos en varios lugares; interpreta la norma de los juegos como medio para poder desarrollarlo, practica hábitos de salud e higiene en la realización de diferentes actividades físicas.
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	1° ¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física? 2° ¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física? 3° ¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?

PERIODO I		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos	Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.	Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de edad física.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMÁTICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b>  Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos  <b>Competencia</b>	<b>GRADO 1°</b>  <b>PERSONAL</b> Maneja direcciones espaciales básicas como arriba, abajo, derecha, izquierda, adelante y atrás.  Señala las partes de su cuerpo que se le indiquen, reconociendo tanto las del lado	Relación dinámica entre movimiento corporal y objetos  Exploración y ampliación del entorno  Combinaciones	Movimientos básicos en diferentes niveles de ejecución  El cuerpo relación espacio tiempo juegos de	Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.  Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.  Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.

<p><b>expresiva corporal</b></p> <p>Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b></p> <p>Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.</p>	<p>derecho como las de su izquierdo.</p> <p>Se desplaza a su derecha ya su izquierda, según las instrucciones dadas</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Trabaja eficientemente en parejas o en grupos, sin mostrar rebeldía e inconformidad extrema.</p> <p>Realiza acciones motrices con un compañero y cambia de amiguito sin demostrar resistencia.</p> <p>Modifica las reglas de un juego para mejorar el trabajo</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Realiza acciones como pasar, recibir, patear y golpear, con dirección y en busca de un objetivo.</p> <p>Patea, golpea, y lanza una pelota a un sitio predeterminado con precisión.</p> <p>Camina y corre a diferentes ritmos por superficies variadas.</p> <p><b>GRADO 2°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p>	<p>de movimiento</p> <p>Diferenciación de comportamientos de acuerdo con el lugar</p> <p>Representaciones a partir de iniciativas propias</p> <p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.</p>	<p>formación y aprestamiento</p> <p>Lanzamiento recepción</p> <p>Dinámicas de socialización diferenciación</p> <p>Movimientos con obstáculos</p> <p>Capacidades sociomotrices</p>	<p>y sin ellos.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.</p> <p>Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.</p> <p>Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p>
--	---	--	---	--	--

	<p>Realiza tareas motrices alternas tanto por la derecha como por la izquierda</p> <p>Conduce un balón con la mano y con el pie, derecho e izquierdo, alternándolos según indicaciones dadas.</p> <p>Se desplaza con naturalidad a diferentes velocidades en superficies variadas, sin perder el equilibrio</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Realiza acciones motrices eficientemente en grupos, compartiendo elementos de trabajo con sus compañeros.</p> <p>Presta materiales a sus compañeros cuando la dinámica de trabajo lo requiera.</p> <p>Mantiene limpio el sitio de trabajo para desarrollar las clases.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Identifica formas, figuras, tamaños y colores para realizar un juego.</p> <p>Escucha las indicaciones de un juego y las aplica sin contratiempos.</p> <p>Realiza juegos utilizando figuras y colores variados según requerimientos.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p style="text-align: center;"><b>GRADO 3°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Realiza diferentes tareas motrices tanto con los segmentos corporales del lado derecho como del izquierdo.</p> <p>Pasa, recibe, dribla, lanza y conduce diferentes elementos como balones, bastones, aros, con las manos y los pies.</p> <p>Realiza carreras y detenciones sin perder el equilibrio y variando la base de sustentación.</p> <p>Ejecuta posiciones invertidas modificando la ubicación de las piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Participa activamente en un grupo, dedicando tiempo y esfuerzo hasta lograr la ejecución de una tarea compleja.</p> <p>Muestra disciplina y perseverancia en un trabajo asignado.</p> <p>Colabora con sus compañeros en la realización de ejercicios gimnásticos.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Diferencia y aplica teorías y conceptos en las tareas asignadas</p> <p>Diferencia los conceptos de diagonal, transversal y lateral y los aplica en juegos colectivos.</p> <p>Diferencia ritmos musicales y los aplica en una ronda o danza.</p> <p>Asocia los conceptos de centro de gravedad y base de sustentación con el trabajo de equilibrio.</p>				
--	---	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

<b>GRADO 1°</b>	<b>GRADO 2°</b>	<b>GRADO 3° y PB (Procesos básicos)</b>
<p><b>EXPERIENCIAS Y CONCEPTOS BÁSICOS</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocimiento corporal.</li> <li>2. Tensión y relajación global segmentaria}</li> <li>3. Equilibrio en las posiciones básicas</li> <li>4. Coordinación dinámica general. Formas básicas de locomoción.</li> <li>5. Orientación espacial. Identificación de direcciones básicas.</li> <li>6. Percepción temporal. Concepto de duración y orden</li> </ol>	<p><b>INTEGRACION DE EXPERIENCIAS</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Coordinación dinámica general. (Continuidad y secuencia de movimiento).</li> <li>2. Lateralidad.</li> <li>3. Coordinación fina.</li> <li>4. Coordinación óculo-manual.            Coordinación óculo manual sobre rasgado, picado y pegado de papel            Las maravillas de la arcilla y la plastilina            Descubrimiento de las técnicas de la pintura.            El sombreado de figuras            Desarrollo creativo con el punzón.            Los colores primarios y utilización.</li> <li>5. Equilibrio dinámico.</li> <li>6. Conceptos témporo-espaciales. (simetría y simultaneidad).</li> </ol>	<p><b>COORDINACION Y JUEGOS CON ELEMENTOS</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Coordinación dinámica general y manejo del lazo</li> <li>2. Coordinación óculo-manual y juegos con pelota.</li> <li>3. Coordinación óculo-pédica con pelota.            Coordinación óculo manual sobre rasgado, picado y pegado de papel            Las maravillas de la arcilla y la plastilina            Descubrimiento de las técnicas de la pintura.            El sombreado de figuras            Desarrollo creativo con el punzón.            Los colores primarios y utilización.</li> </ol>

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
--	-----------------------------	--------------------------------	----------------------------

	<p>Conoce y presenta adecuadamente su esquema corporal.</p> <p>Conoce y aplica eficazmente diversas clases de movimiento teniendo en cuenta órdenes dadas.</p> <p>Interactúa diversos juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo.</p> <p>Identifica adecuadamente los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.</p> <p>Identifica apropiadamente los elementos y conceptos básicos del atletismo.</p>	<p>Realiza diferentes movimientos corporales en el espacio según instrucciones dadas.</p> <p>Desarrolla acciones con diversas clases de movimiento teniendo en cuenta órdenes dadas.</p> <p>Desarrolla diversos juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo.</p> <p>Vivencia acciones con diversas clases de movimiento</p> <p>Desarrolla coordinación, lateralidad y direccionalidad en la práctica de actividades lúdicas.</p> <p>Coordina brazos y piernas durante carreras.</p> <p>Ejecuta movimientos a partir de diferentes instrucciones dadas.</p>	<p>Diariamente pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.</p> <p>Demuestra interés en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se anima en aplicar buenos hábitos corporales.</p> <p>Desarrolla la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo.</p> <p>Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros</p> <p>Domina las partes del cuerpo en la ejecución de actividades lúdicas</p>
--	---	--	--

INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 1°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 2°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 3° Y PB
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contribuyo a la identificación y conceptualización del esquema corporal.</li> <li>2. Mejora y enriquece la postura y posición básica corporal.</li> <li>3. se adapta y adquiero conceptos témporo-espacial.</li> <li>4. Trabaja en grupo, fomentando el diálogo y ofreciendo buenos aportes a los compañeros.</li> <li>5. Comprende que todos los niños y niñas tienen derecho a recibir buen trato, cuidado y amor.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. se integra al grupo mediante el diálogo y actividades lúdicas</li> <li>2. Mejora dominio del equilibrio dinámico, la coordinación dinámica general, la coordinación fina y la óculo manual.</li> <li>3. Aplica y domina lateralidad en solución de actividades escolares.</li> <li>4. Explora nuevas experiencias que conllevan a la adquisición de conductas témporo-espacial.</li> <li>5. Comprenda que las normas ayudan a promover</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perfecciona precisión en la coordinación general, óculo-manual, óculo-pédica en el trabajo con sogas y pelota.</li> <li>2. Fomenta la ayuda mutua y destacó la importancia de la autonomía personal mediante juegos de conjunto.</li> <li>3. Desarrolla habilidades y destrezas para el salto sucesivo con lazo.</li> <li>4. Desarrolla habilidades y destrezas para la conducción, pase y recepción de la pelota en juegos</li> </ol>

6. Participa en las tareas motrices mostrando interés y una actitud positiva	<p>el buen trato y evitar el maltrato en el juego y en la vida escolar.</p> <p>6. Participa en las tareas motrices mostrando interés y una actitud positiva.</p> <p>Moldea en plastilina y papel figuras y objetos sencillos.</p>	<p>sencillos de conjunto.</p> <p>5. se preocupo porque los animales, las plantas y los recursos del medio ambiente reciban buen trato.</p> <p>6. Participa en las tareas motrices mostrando interés y una actitud positiva</p> <p>Moldea en plastilina y papel figuras y objetos sencillos.</p>
--	---	---

<b>Objetivo</b>	Reconoce la forma adecuada de interactuar corporalmente con los diferentes elementos en varios lugares; interpreta la norma de los juegos como medio para poder desarrollarlo, practica hábitos de salud e higiene en la realización de diferentes actividades físicas.
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	<p>1° ¿Qué expreso con mi cuerpo?</p> <p>2° ¿Qué cambios percibo de mi cuerpo cuando juego?</p> <p>3° ¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?</p>

PERIODO II		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos	Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.	Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de dad física.

COMPETENCIAS	DBA - EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	<b>GRADO 1°</b> <b>PERSONAL</b> Maneja direcciones espaciales básicas como arriba, abajo, derecha, izquierda, adelante y atrás.	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.	Relación dinámica entre movimiento corporal y objetos  Exploración y	Juego siguiendo las orientaciones que se me dan. Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos	Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.  Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma

<p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p>Señala las partes de su cuerpo que se le indiquen, reconociendo tanto las del lado derecho como las de su izquierdo.</p> <p>Se desplaza a su derecha ya su izquierda, según las instrucciones dadas</p> <p><b>SOCIAL</b> Trabaja eficientemente en parejas o en grupos, sin mostrar rebeldía e inconformidad extrema.</p> <p>Realiza acciones motrices con un compañero y cambia de amiguito sin demostrar resistencia.</p> <p>Modifica las reglas de un juego para mejorar el trabajo</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Realiza acciones como pasar, recibir, patear y golpear, con dirección y en busca de un objetivo.</p> <p>Patea, golpea, y lanza una pelota a un sitio predeterminado con precisión.</p> <p>Camina y corre a diferentes ritmos por superficies variadas.</p>	<p>Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia</p> <p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.</p>	<p>ampliación del entorno</p> <p>Combinaciones de movimiento</p> <p>Diferenciación de comportamientos de acuerdo con el lugar</p> <p>Representaciones a partir de iniciativas propias</p>	<p>y actividades.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.</p>	<p>correcta de realizar los ejercicios.</p> <p>Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p>
---	---	---	---	---	--

	<p style="text-align: center;"><b>GRADO 2°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Realiza tareas motrices alternas tanto por la derecha como por la izquierda</p> <p>Conduce un balón con la mano y con el pie, derecho e izquierdo, alternándolos según indicaciones dadas.</p> <p>Se desplaza con naturalidad a diferentes velocidades en superficies variadas, sin perder el equilibrio</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Realiza acciones motrices eficientemente en grupos, compartiendo elementos de trabajo con sus compañeros.</p> <p>Presta materiales a sus compañeros cuando la dinámica de trabajo lo requiera.</p> <p>Mantiene limpio el sitio de trabajo para desarrollar las clases.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Identifica formas, figuras, tamaños y colores para realizar un juego.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Escucha las indicaciones de un juego y las aplica sin contratiempos.</p> <p>Realiza juegos utilizando figuras y colores variados según requerimientos.</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 3°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Realiza diferentes tareas motrices tanto con los segmentos corporales del lado derecho como del izquierdo.</p> <p>Pasa, recibe, dribla, lanza y conduce diferentes elementos como balones, bastones, aros, con las manos y los pies.</p> <p>Realiza carreras y detenciones sin perder el equilibrio y variando la base de sustentación.</p> <p>Ejecuta posiciones invertidas modificando la ubicación de las piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Participa activamente en un grupo, dedicando tiempo y esfuerzo hasta lograr la ejecución de una tarea compleja.</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Muestra disciplina y perseverancia en un trabajo asignado.</p> <p>Colabora con sus compañeros en la realización de ejercicios gimnásticos.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Diferencia y aplica teorías y conceptos en las tareas asignadas</p> <p>Diferencia los conceptos de diagonal, transversal y lateral y los aplica en juegos colectivos.</p> <p>Diferencia ritmos musicales y los aplica en una ronda o danza.</p> <p>Asocia los conceptos de centro de gravedad y base de sustentación con el trabajo de equilibrio.</p>				
--	---	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

GRADO 1°	GRADO 2°	GRADO 3° Y PB
Lateralidad. Coordinación óculo-manual. Coordinación fina y óculo-pédica. Coordinación óculo manual sobre rasgado, picado y pegado de papel Las maravillas de la arcilla y la plastilina Descubrimiento de las técnicas de la pintura. El sombreado de figuras	Independencia segmentaria. (brazos- piernas) Coordinación óculo-manual, óculo-pédica (direcciones, distancias y alturas. Equilibrio (altura y profundidad). Desarrollo de la lateralidad Desarrollo de la direccionalidad Ubicación en el espacio Ubicación en el tiempo	Control corporal en rollos y giros Independencia segmentaria en el reloj y la tijera. Equilibrio en posiciones invertidas. Desarrollo de la lateralidad Desarrollo de la direccionalidad Ubicación en el espacio Ubicación en el tiempo

<p>Desarrollo creativo con el punzón. Los colores primarios y utilización. Ajuste postural. Control corporal y equilibrio en altura. Percepción rítmica básica.</p>	<p>Ubicación de su cuerpo en relación con el del otro y con los objetos</p> <p>Perspectiva rítmica.</p>	<p>Ubicación de su cuerpo en relación con el del otro y con los objetos</p>
---	---	---

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Realiza diferentes ejercicios gimnásticos simples.</p> <p>conoce ejercicios de fuerza y Resistencia</p> <p>Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.</p> <p>Ejecuta desplazamientos con diferentes implementos deportivos.</p>	<p>Reconoce globalmente y segmentariamente su propio cuerpo y sus diferentes posturas.</p> <p>Ejecuta de forma adecuada ejercicios de fuerza y Resistencia</p> <p>Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales</p> <p>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</p> <p>Utiliza implementos deportivos en forma individual y colectiva.</p>	<p>Orienta coordinación, lateralidad y direccionalidad en la práctica de actividades lúdicas.</p> <p>Participa y valora el trabajo individual y grupal.</p> <p>Disfruta el trabajo con sus demás compañeros.</p> <p>Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.</p> <p>Aplica normas en la práctica de juegos pre -deportivos.</p>

<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 1°</b>	<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 2°</b>	<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 3° Y PB</b>
<p>1.Favorezco el diálogo en grupo y la integración social de los niños mediante las actividades colectivas.</p> <p>2. Mejoro y defino mi literalidad.</p> <p>3. Coordino el equilibrio y los desplazamientos mediante juegos con y sin elementos.</p> <p>4. Reconozco que las acciones se relacionan con las</p>	<p>1. Invento nuevas formas de movimiento.</p> <p>2. Mejoro mi coordinación óculo-manual y óculo-pédica en asocio con mi ubicación témporo-espaciales</p> <p>3. Afianzo el desarrollo de mi equilibrio y de mi independencia segmentaria.</p> <p>4. Conozco y respeto las reglas básicas del diálogo,</p>	<p>1. Incremento mi control corporal, el equilibrio y el control de la independencia segmentaria</p> <p>2. Destaco la importancia de la disciplina en las actividades gimnásticas.</p> <p>3. mejoro mi habilidad y destreza para la ejecución de rollos, giros y otras posiciones invertidas.</p> <p>4. Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el</p>

emociones y que puede aprender a manejar sus emociones para no hacer daño a otras personas. 5. Muestro un comportamiento organizado en las actividades motrices.	como el uso de la palabra y el respeto por la palabra de la otra persona. 5. Muestro un comportamiento organizado en las actividades motrices.	salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo. 5. Muestro un comportamiento organizado en las actividades motrices.
---	---	--

<b>Objetivo</b>	Reconoce la forma adecuada de interactuar corporalmente con los diferentes elementos en varios lugares; interpreta la norma de los juegos como medio para poder desarrollarlo, practica hábitos de salud e higiene en la realización de diferentes actividades físicas.
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	1° ¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio? 2° ¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal? 3° ¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?

PERIODO III		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos	Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.	Identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

COMPETENCIAS	DBA - EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.  <b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas	<b>GRADO 1°</b>  <b>PERSONAL</b> Maneja direcciones espaciales básicas como arriba, abajo, derecha, izquierda, adelante y atrás.  Señala las partes de su cuerpo que se le indiquen, reconociendo tanto las del	Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.  Exploro movimientos con diferentes ritmos	Relación dinámica entre movimiento corporal y objetos  Exploración y ampliación del entorno  Combinaciones de movimiento	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.  Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales	Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades  Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.  Expreso entusiasmo en las actividades propuestas

<p>para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p>lado derecho como las de su izquierdo.</p> <p>Se desplaza a su derecha ya su izquierda, según las instrucciones dadas</p> <p><b>SOCIAL</b> Trabaja eficientemente en parejas o en grupos, sin mostrar rebeldía e inconformidad extrema.</p> <p>Realiza acciones motrices con un compañero y cambia de amiguito sin demostrar resistencia.</p> <p>Modifica las reglas de un juego para mejorar el trabajo</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Realiza acciones como pasar, recibir, patear y golpear, con dirección y en busca de un objetivo.</p> <p>Patea, golpea, y lanza una pelota a un sitio predeterminado con precisión.</p> <p>Camina y corre a diferentes ritmos por superficies variadas.</p> <p><b>GRADO 2</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p>	<p>musicales.</p> <p>. Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.</p>	<p>Diferenciación de comportamientos de acuerdo con el lugar</p> <p>Representaciones a partir de iniciativas propias</p> <p>juegos colectivos y retos</p>	<p>diversos.</p>	<p>en la clase.</p>
---	--	--	---	------------------	---------------------

	<p>Realiza tareas motrices alternas tanto por la derecha como por la izquierda</p> <p>Conduce un balón con la mano y con el pie, derecho e izquierdo, alternándolos según indicaciones dadas.</p> <p>Se desplaza con naturalidad a diferentes velocidades en superficies variadas, sin perder el equilibrio</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Realiza acciones motrices eficientemente en grupos, compartiendo elementos de trabajo con sus compañeros.</p> <p>Presta materiales a sus compañeros cuando la dinámica de trabajo lo requiera.</p> <p>Mantiene limpio el sitio de trabajo para desarrollar las clases.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Identifica formas, figuras, tamaños y colores para realizar un juego.</p> <p>Escucha las indicaciones de un juego y las aplica sin contratiempos.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Realiza juegos utilizando figuras y colores variados según requerimientos.</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 3°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Realiza diferentes tareas motrices tanto con los segmentos corporales del lado derecho como del izquierdo.</p> <p>Pasa, recibe, dribla, lanza y conduce diferentes elementos como balones, bastones, aros, con las manos y los pies.</p> <p>Realiza carreras y detenciones sin perder el equilibrio y variando la base de sustentación.</p> <p>Ejecuta posiciones invertidas modificando la ubicación de las piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Participa activamente en un grupo, dedicando tiempo y esfuerzo hasta lograr la ejecución de una tarea compleja.</p> <p>Muestra disciplina y perseverancia en un trabajo asignado.</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Colabora con sus compañeros en la realización de ejercicios gimnásticos.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Diferencia y aplica teorías y conceptos en las tareas asignadas</p> <p>Diferencia los conceptos de diagonal, transversal y lateral y los aplica en juegos colectivos.</p> <p>Diferencia ritmos musicales y los aplica en una ronda o danza.</p> <p>Asocia los conceptos de centro de gravedad y base de sustentación con el trabajo de equilibrio.</p>				
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					
<b>GRADO 1°</b>	<b>GRADO 2°</b>		<b>GRADO 3° Y PB</b>		
<p>Posibilidad de movimiento e independencia funcional de segmentos</p> <p>Coordinación, trayectorias y distancias. Altura y profundidad.</p> <p>Direcciones espaciales. Direcciones temporales</p> <p>Desarrollo de la lateralidad</p> <p>Desarrollo de la direccionalidad</p> <p>Ubicación en el espacio</p> <p>Ubicación en el tiempo</p> <p>Ubicación de su cuerpo en relación con el del otro y con los objetos</p>	<p>Control respiratorio, tensión y relajación.</p> <p>Coordinación segmentaria, equilibrio dinámico y estático.</p> <p>Iniciación a la expresión rítmica.</p> <p>Conceptos témporo-espaciales. La velocidad carrera marcha trote etc, pre atletismo ajuste postural</p> <p>El cuerpo humano y sus partes</p> <p>Funciones de las partes del cuerpo humano</p> <p>Movimientos de mi cuerpo</p> <p>Formas de movimiento</p> <p>Posiciones de mi cuerpo</p>		<p>Carrera con y sin obstáculos.</p> <p>Salto a distancia y de altura.</p> <p>Lanzamiento del bastón y la pelota.</p> <p>El cuerpo humano y sus partes, sistemas y aparatos importantes, funciones</p> <p>3. Movimientos de mi cuerpo desde la pre gimnasia y pre atletismo, formas de movimiento, posiciones</p>		

INDICADORES POR DESEMPEÑO			
	Conceptuales (Saber)	Procedimentales (Hacer)	Actitudinales (Ser)
	<p>Acoge objetos lanzados a diferentes distancias de forma ágil y coordinada.</p> <p>Reconoce expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales</p> <p>Recibe objetos lanzados a diferentes distancias de forma ágil y coordinada.</p> <p>Identifica ejercicios de fuerza y resistencia.</p> <p>Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.</p> <p>Ejecuta desplazamientos con diferentes implementos deportivos</p>	<p>Realiza juegos, rondas y desplazamientos a ritmos variados utilizando movimientos motores básicos.</p> <p>Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.</p> <p>Realiza juegos, rondas y desplazamientos a ritmos variados utilizando movimientos motores básicos.</p> <p>Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.</p> <p>Utiliza implementos deportivos en forma individual y colectiva.</p> <p>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</p>	<p>Disfruta y valora adecuadamente el trabajo con sus demás compañeros.</p> <p>Disfruta permanentemente la relación con su propio cuerpo y con sus compañeros dentro del espacio de trabajo.</p> <p>Participa y el trabajo individual y grupal.</p> <p>Muestra interés por establecer ambientes de respeto dentro de un grupo de trabajo.</p> <p>Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.</p> <p>Aplica normas en la práctica de juegos pre –deportivos</p>
INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 1°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 2°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 3° Y PB	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Presento movimientos de los segmentos corporales e independientes.</li> <li>2. Discrimino distancias, direcciones y trayectorias a través de juegos y rondas.</li> <li>3. Discrimino diferentes momentos de tiempo con precisión en la coordinación óculo manual</li> <li>4. Respeto y colabora en trabajo mutuo y colectivo.</li> <li>5. Comprendo que nada justifica el maltrato de</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Favorezco mi creatividad mediante la asociación de formas de expresión corporal a melodías infantiles.</li> <li>2. Incremento el control de la tensión, la relajación y la respiración en el niño mediante la ejecución de tareas específicas.</li> <li>3. Conozco y uso estrategias sencillas de resolución pacífica de conflictos.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Incremento mi control corporal para el trabajo sobre alturas y profundidades</li> <li>2Participo en las nuevas experiencias básicas y elementales en el atletismo y gimnasia</li> <li>3Promuevo la crítica y la autocrítica mediante observación y análisis del desempeño en mis trabajos.</li> <li>4. Reconozco que emociones como el temor o la</li> </ol>	

niñas y niños y que todo maltrato se puede evitar. 6. Rechazo las actitudes negativas y de indisciplina que no permiten disfrutar de la clase y de los juegos.	4. Rechazo las actitudes negativas y de indisciplina que no permiten disfrutar de la clase o de los juegos. Muestro seguridad en mis movimientos al correr, brincar, caminar y saltar.	rabia pueden afectar mi participación en clase. 5. Rechazo las actitudes negativas y de indisciplina que no permiten disfrutar de la clase o de los juegos.
--	---	--

## 8.2 GRADO CUARTO, QUINTO Y ACELERACIÓN

<b>Objetivo</b>	Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	4° ¿Cuáles son los cambios fisiológicos cuando juego? 5° ¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?

PERIODO I		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	<b>PERSONAL</b> Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.  <b>SOCIAL</b>	1. Desarrollo motor  2. Técnicas del cuerpo	Pre deportivo atletismo y gimnasia  1. Controlo de forma global y segmentaria la	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.

<p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p>Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p> <p>Grado 5° <b>PERSONAL</b> Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b> Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p>	<p>3. Condición física</p> <p>4. Lúdica motriz</p> <p>5. Lenguajes corporales</p> <p>6. Cuidado de sí mismo</p>	<p>realización de movimientos técnicos</p> <p>2. Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p> <p>3. Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</p> <p>4. Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p>
---	---	---	---	---	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

<b>GRADO 4°</b>		<b>GRADO 5° Y ACELERACIÓN</b>	
<b>MI PRIMERA EXPERIENCIA CON EL TRIATLON ESCOLAR Y GIMNASIA</b> 1. Ambientación y adaptación: juegos y ejercicios, conducta de entrada. 2. Carreras: velocidad, semifondo, fondo, obstáculos, relevos 36. 3. Saltos: de altura, de longitud, juegos y concursos. 4. Lanzamientos: de pelota, de balón medicinal, de bala, juegos y concursos		<b>MI PRIMERA EXPERIENCIA CON EL TRIATLON ESCOLAR Y GIMNASIA.</b> 1. Ambientación y adaptación: juegos y ejercicios, conducta de entrada. 2. Carreras: velocidad, semifondo, fondo, obstáculos, relevos 40. 3. Saltos: de altura, de longitud, juegos y concursos. 4. Lanzamientos: de pelota, de balón medicinal, de bala, juegos y concursos	
<b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b>			
	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.</li> <li>Conoce y valora las actividades físicas como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices a través de lo pre deportivos de la gimnasia y el atletismo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego.</li> <li>Presenta alternativas adecuadas y pertinentes para solucionar problemas que requieren dominio de habilidades y destrezas motrices durante la práctica de juegos, ejercicios, deportes y otras actividades físicas-motrices.</li> <li>Muestra coordinación en su esquema corporal por medio de las actividades gimnásticas y atléticas</li> <li>Ejecución de movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación en las situaciones de juego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoro la importancia de la actividad física para la salud.</li> <li>Desarrolla la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo aceptando las normas y reglas que previamente se establecen</li> <li>Apropiación responsable del cuidado de su cuerpo.</li> <li></li> </ul>
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 4°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 5°</b>	

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza y discute aspectos relacionados con la importancia del atletismo, su incidencia en la vida del hombre y su desarrollo histórico.</li> <li>2. Participa activamente en las pruebas atléticas de velocidad, fondo, aplicando los gestos técnicos adecuados.</li> <li>3. Realiza la prueba atlética del lanzamiento pelota aplicando los gestos técnicos adecuados.</li> <li>4. Realiza la prueba atlética del salto largo aplicando los gestos técnicos adecuados.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza y discute aspectos relacionados con la importancia del atletismo, su incidencia en la vida del hombre y su desarrollo histórico.</li> <li>2. Participa activamente en las pruebas atléticas de velocidad, fondo, aplicando los gestos técnicos adecuados.</li> <li>3. Realiza la prueba atlética del lanzamiento pelota aplicando los gestos técnicos adecuados.</li> <li>4. Realiza la prueba atlética del salto largo aplicando los gestos técnicos adecuados.</li> </ol>
---	---

<b>Objetivo</b>	Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	4° ¿De qué soy capaz cuando juego y bailo? 5° ¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?

PERIODO II		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA - EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las	GRADO 4° PERSONAL Realiza trabajos con independencia	1. Desarroll o motor  2. Técnicas del cuerpo	Pre deportivo baloncesto.  Ajusto los movimientos de	Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	

<p>técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p>segmentaria de brazos y piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b> Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p> <p><b>GRADO 5° PERSONAL</b> Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b> Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p>	<p>3. Condición física</p> <p>4. Lúdica motriz</p> <p>5. Lenguajes corporales</p> <p>6. Cuidado de sí mismo</p>	<p>mi cuerpo en la manipulación de objetos.</p> <p>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas deportivas.</p> <p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p> <p>Importancia y funciones del sistema óseo, huesos y conservación</p>	<p>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego. Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal. Ubico los principales huesos del sistema óseo.</p>	<p>. Decido mi tiempo de juego y actividad física.</p>
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					

GRADO 4°		GRADO 5° Y ACELERACIÓN	
<b>FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS BALONCESTO</b> 1. Ambientación y adaptación: Juegos y ejercicios. Conducta de entrada 2. Dribling: Posiciones básicas. Con desplazamiento: adelante, atrás, lateral, con cambio de manos. Formas jugadas 3. Pases: Posiciones básica. Con una y dos manos. Formas jugadas. 4. Lanzamientos: Posición básica. Estático con dos manos. Estático con una mano. En movimiento. Formas jugadas. 5. Doble ritmo: Ejercicios sin balón, por la derecha, por la izquierda, de frente. Formas jugadas. 6. Importancia y funciones del sistema óseo, huesos y conservación		<b>FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS BALONCESTO</b> 1. Ambientación y adaptación: Juegos y ejercicios. Conducta de entrada 2. Dribling: Posiciones básicas. Con desplazamiento: adelante, atrás, lateral, con cambio de manos. Formas jugadas 3. Pases: Posiciones básica. Con una y dos manos. Formas jugadas. 4. Lanzamientos: Posición básica. Estático con dos manos. Estático con una mano. En movimiento. Formas jugadas. 5. Doble ritmo: Ejercicios sin balón, por la derecha, por la izquierda, de frente. Formas jugadas. 6. Importancia y funciones del sistema óseo, huesos y conservación	
INDICADORES POR DESEMPEÑO			
Conceptuales (Saber)		Procedimentales (Hacer)	
Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.  Maneja las normas básicas del baloncesto.  Reconoce las funciones básicas del sistema óseo ubicando sus partes en el esqueleto.		Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros  Desarrolla destrezas que permiten los movimientos básicos y compuestos del pre deportivo del baloncesto.	
		Actitudinales (Ser)	
		Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.  Participa en diferentes juegos y actividades deportivas aplicando las normas que rigen la sana convivencia en el pre deportivo del baloncesto.  Apropiación responsable del cuidado de su cuerpo.	
INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 4°		INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 5°	
1. Analiza y discute aspectos relacionados con el baloncesto, su desarrollo histórico, sus objetivos y reglas básicas. 2. Reconoce la forma y dimensiones de una cancha de baloncesto. 3. Diferencia los nombres, las posiciones y las funciones de los jugadores de baloncesto. 4. Muestra una adecuada ejecución de los gestos técnicos básicos del baloncesto como lo son: el dribling, los pases, los lanzamientos y el doble ritmo. 5. Participa con entusiasmo en el torneo interclases de baloncesto. 6. Aplica correctamente los gestos técnicos básicos del baloncesto en ejercicios y partidos programados.		1. Analiza y discute aspectos relacionados con el baloncesto, su desarrollo histórico, sus objetivos y reglas básicas. 2. Reconoce la forma y dimensiones de una cancha de baloncesto. 3. Diferencia los nombres, las posiciones y las funciones de los jugadores de baloncesto. 4. Muestra una adecuada ejecución de los gestos técnicos básicos del baloncesto como lo son: el dribling, los pases, los lanzamientos y el doble ritmo. 5. Participa con entusiasmo en el torneo interclases de baloncesto. 6. Aplica correctamente los gestos técnicos básicos del baloncesto en ejercicios y partidos programados.	

<p>7. Realiza correctamente los pases de pecho, picado, por encima de la cabeza, desde el hombro y de gancho.</p> <p>8. Realiza paradas en uno y dos tiempos.</p> <p>9. Ejecuta el dribling con cambio de dirección y velocidad.</p> <p>10. Realiza paradas en baloncesto en uno y dos tiempos</p> <p>11. Realiza entradas al aro en doble ritmo.</p> <p>12. Realiza tiros al aro con salto en suspensión.</p> <p>13. Realiza con efectividad lanzamientos de tiro libre.</p> <p>14. Es diligente al entregar consultas sobre el tema de baloncesto.</p> <p>15. Reconoce las funciones básicas del sistema óseo ubicando sus partes en el esqueleto.</p>	<p>7. Realiza correctamente los pases de pecho, picado, por encima de la cabeza, desde el hombro y de gancho.</p> <p>8. Realiza paradas en uno y dos tiempos.</p> <p>9. Ejecuta el dribling con cambio de dirección y velocidad.</p> <p>10. Realiza paradas en baloncesto en uno y dos tiempos</p> <p>11. Realiza entradas al aro en doble ritmo.</p> <p>12. Realiza tiros al aro con salto en suspensión.</p> <p>13. Realiza con efectividad lanzamientos de tiro libre.</p> <p>14. Es diligente al entregar consultas sobre el tema de baloncesto.</p> <p>15. Reconoce las funciones básicas del sistema óseo ubicando sus partes en el esqueleto.</p>
--	--

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> <li>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	<p>4° ¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?</p> <p>5° ¿Cómo valoro mi condición física y su importancia para la salud e interacción con los demás?</p>

PERIODO III		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	xpresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA - EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y	GRADO 4° PERSONAL Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.	1. Desarrollo motor	Pre deportivo microfútbol.  . Reconozco a mis compañeros como	Identifico movimientos y actividades de calentamiento	Valoro mi capacidad para realizar actividad física

<p>contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>SOCIAL</b> Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p> <p><b>GRADO 5° PERSONAL</b> Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</p> <p><b>SOCIAL</b> Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p>	<p>2. Técnicas del cuerpo</p> <p>3. Condición física</p> <p>4. Lúdica motriz</p> <p>5. Lenguajes corporales</p> <p>6. Cuidado de sí mismo</p>	<p>co-constructores del juego</p> <p>Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.</p> <p>El cuerpo humano: el sistema respiratorio</p> <p>Funciones del aparato respiratorio</p> <p>Importancia a nivel físico del manejo de las pulsaciones</p>	<p>y recuperación en la actividad física.</p> <p>Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas</p> <p>Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>Identifica la importancia del cuidado del sistema respiratorio y los órganos que lo compone.</p>	<p>adecuada con mis condiciones personales.</p>
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					
<b>GRADO 4°</b>			<b>GRADO 5° Y ACELERACIÓN</b>		
<b>FÚTBOL SALÓN</b>			<b>FÚTBOL SALÓN</b>		

<b>FUNDAMENTOS TECNICOS BASICOS</b> 1. Ambientación y adaptación: Juegos y ejercicios. Conducta de entrada 2. Conducción dribling: Según la superficie de contacto: borde interno, externo y empeine total. Según la forma: con finta, amague, esquite. Formas jugadas. 3. Pases y remate: Según la superficie: empeine interno y externo; total: punta y talón. Según la forma: volea, semivolea, cabeza. Según la distancia: rasante, media altura y elevado. Formas jugadas. 4. Dominio del balón: Con empeine. Con muslo. Con cabeza. Formas jugadas. 5. Maniobras técnicas: Trabajo de los pies. Toque lateral. Carga legal. Formas jugadas. 6. El cuerpo humano: el sistema respiratorio. Funciones del aparato respiratorio. Importancia a nivel físico del manejo de las pulsaciones		<b>FUNDAMENTOS TECNICOS BASICOS</b> 1. Ambientación y adaptación: Juegos y ejercicios. Conducta de entrada 2. Conducción dribling: Según la superficie de contacto: borde interno, externo y empeine total. Según la forma: con finta, amague, esquite. Formas jugadas. 3. Pases y remate: Según la superficie: empeine interno y externo; total: punta y talón. Según la forma: volea, semivolea, cabeza. Según la distancia: rasante, media altura y elevado. Formas jugadas. 4. Dominio del balón: Con empeine. Con muslo. Con cabeza. Formas jugadas. 5. Maniobras técnicas: Trabajo de los pies. Toque lateral. Carga legal. Formas jugadas. 6. El cuerpo humano: el sistema respiratorio. Funciones del aparato respiratorio. Importancia a nivel físico del manejo de las pulsaciones	
<b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b>			
	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales,  . Maneja las diferentes normas básicas del pre deportivo del microfútbol  Reconoce las funciones básicas del sistema respiratorio enunciándolas.	Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo  Desarrolla diferentes destrezas que permiten los movimientos básicos y compuestos del pre deportivo del microfútbol.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas  Participa en diferentes juegos y actividades deportivas aplicando las normas que rigen la sana convivencia en el pre deportivo del microfútbol.
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 4°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 5°</b>	
1. Participa con entusiasmo en el torneo Interclases de fútbol. 2. Aplica correctamente los gestos técnicos básicos del fútbol en los ejercicios y partidos programados. 3. Analiza y discute aspectos relacionados con el fútbol, sus objetivos, su desarrollo histórico y las reglas básicas. 4. Identifica e Interpreta las reglas básicas del fútbol. 5. Reconoce la forma y dimensiones de una cancha de Fútbol.		1. Participa con entusiasmo en el torneo Interclases de fútbol. 2. Aplica correctamente los gestos técnicos básicos del fútbol en los ejercicios y partidos programados. 3. Analiza y discute aspectos relacionados con el fútbol, sus objetivos, su desarrollo histórico y las reglas básicas. 4. Identifica e Interpreta las reglas básicas del fútbol. 5. Reconoce la forma y dimensiones de una cancha de Fútbol.	

<p>6. Diferencia los nombres, las posiciones y funciones de los jugadores de fútbol.</p> <p>7. Muestra una adecuada ejecución de los gestos técnicos básicos del fútbol como lo son: el dribling y la conducción, los pases y el remate, y el dominio del balón.</p> <p>8. Muestra coordinación al patear balones quietos y en movimiento.</p> <p>9. Realiza correctamente los gestos técnicos de conducción y dribling en el fútbol.</p> <p>10. Ejecuta correctamente los gestos técnicos de pase y remate en el fútbol.</p> <p>11. Identifica la importancia del cuidado del sistema respiratorio y los órganos que lo compone.</p>	<p>6. Diferencia los nombres, las posiciones y funciones de los jugadores de fútbol.</p> <p>7. Muestra una adecuada ejecución de los gestos técnicos básicos del fútbol como lo son: el dribling y la conducción, los pases y el remate, y el dominio del balón.</p> <p>8. Muestra coordinación al patear balones quietos y en movimiento.</p> <p>9. Realiza correctamente los gestos técnicos de conducción y dribling en el fútbol.</p> <p>10. Ejecuta correctamente los gestos técnicos de pase y remate en el fútbol.</p> <p>11. Identifica la importancia del cuidado del sistema respiratorio y los órganos que lo compone.</p>
---	---

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> <li>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	<p>4° ¿Cómo expreso mediante el juego que acepto y quiero mi cuerpo?</p> <p>5° ¿Cómo valoro mi condición física y su importancia para la salud e interacción con los demás?</p>

PERIODO IV		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p>GRADO 4° PERSONAL Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</p> <p>SOCIAL Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p>PRODUCTIVIDAD Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p> <p>GRADO 5° PERSONAL Realiza trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</p> <p>SOCIAL Ejecuta actividades lúdicas de integración grupal, asumiendo liderazgo de grupo.</p> <p>PRODUCTIVIDAD Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</p>	<p>1. Desarrollo motor</p> <p>2. Técnicas del cuerpo</p> <p>3. Condición física</p> <p>4. Lúdica motriz</p> <p>5. Lenguajes corporales</p> <p>6. Cuidado de sí mismo</p>	<p>Pre deportivo voleibol danzas</p> <p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Identifico y práctico juegos callejeros.</p> <p>Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física. Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante -atrás, arriba- abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Reconoce la importancia de los componentes del sistema circulatorio.</p>	<p>Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</p>

			Funciones del sistema circulatorio..		
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					
<b>GRADO 4°</b>			<b>GRADO 5° Y ACELERACIÓN</b>		
<p>.ME DIVIERTO CON EL MINIVOLEIBOL            AMBITO CONCEPTUAL FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ambientación y adaptación: Juegos y ejercicios, conducta de entrada.</li> <li>2. Saque o servicio: formas jugadas para sacar por encima y por debajo.</li> <li>3. Golpe de dedos: formas jugadas para el golpe de dedos en forma estática, en movimiento, por parejas y en grupo.</li> <li>4. Golpe de antebrazos y recepción: formas jugadas para el golpe de antebrazos en forma estática, en movimiento, por parejas y en grupo.</li> <li>5. El ataque: formas jugadas para el ataque.</li> <li>6. <b>Importancia del sistema circulatorio</b></li> </ol>			<p>ME DIVIERTO CON EL MINIVOLEIBOL            AMBITO CONCEPTUAL FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ambientación y adaptación: Juegos y ejercicios, conducta de entrada.</li> <li>2. Saque o servicio: formas jugadas para sacar por encima y por debajo.</li> <li>3. Golpe de dedos: formas jugadas para el golpe de dedos en forma estática, en movimiento, por parejas y en grupo.</li> <li>4. Golpe de antebrazos y recepción: formas jugadas para el golpe de antebrazos en forma estática, en movimiento, por parejas y en grupo.</li> <li>5. El ataque: formas jugadas para el ataque.</li> <li>6. <b>Importancia del sistema circulatorio</b></li> </ol>		
<b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b>					
	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>		<b>Actitudinales (Ser)</b>	
	<p>. Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices individuales y de grupo</p> <p>Maneja las normas básicas del pre deportivo del voleibol.</p> <p>Reconoce las funciones básicas del sistema circulatorio enunciándolas.</p>	<p>Propone momentos de juego en el espacio escolar</p> <p>Desarrolla destrezas que permiten los movimientos básicos y compuestos del pre deportivo del voleibol.</p> <p>Moviliza las articulaciones participando en ejercicios físicos que involucran el cuerpo a través del ritmo y la música.</p> <p>Muestra diferentes capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.</p>		<p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo</p> <p>Participa en diferentes juegos y actividades deportivas aplicando las normas que rigen la sana convivencia en el pre deportivo del voleibol.</p>	

INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 4°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 5°
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza y discute aspectos relacionados con el voleibol, su desarrollo histórico, sus objetivos y reglas básicas.</li> <li>2. Ejecuta adecuadamente los gestos técnicos básicos del voleibol como lo son: el saque, golpe de antebrazos, golpe de dedos, remate y bloqueo.</li> <li>3. Aplica correctamente los gestos técnicos básicos del voleibol en los ejercicios y partidos programados.</li> <li>4. Reconoce la forma y dimensiones de una cancha de voleibol.</li> <li>5. Diferencia los nombres, las posiciones y funciones de los jugadores de voleibol.</li> <li>6. Ejecuta correctamente el gesto técnico de toque de dedos.</li> <li>7. Realiza correctamente el gesto técnico de golpe de antebrazos en la recepción.</li> <li>8. Realiza correctamente el saque por abajo o por encima del hombro.</li> <li>9. Realiza correctamente el gesto técnico del remate. 10. Realiza correctamente el gesto técnico del bloqueo</li> <li>11. Identifica e interpreta las reglas básicas del voleibol.</li> <li>12. Participa con entusiasmo del torneo interclases de voleibol.</li> <li>13. Es diligente al entregar consultas sobre el tema del voleibol.</li> <li>14. Reconoce las funciones y los componentes del sistema circulatorio.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza y discute aspectos relacionados con el voleibol, su desarrollo histórico, sus objetivos y reglas básicas.</li> <li>2. Ejecuta adecuadamente los gestos técnicos básicos del voleibol como lo son: el saque, golpe de antebrazos, golpe de dedos, remate y bloqueo.</li> <li>3. Aplica correctamente los gestos técnicos básicos del voleibol en los ejercicios y partidos programados.</li> <li>4. Reconoce la forma y dimensiones de una cancha de voleibol.</li> <li>5. Diferencia los nombres, las posiciones y funciones de los jugadores de voleibol.</li> <li>6. Ejecuta correctamente el gesto técnico de toque de dedos.</li> <li>7. Realiza correctamente el gesto técnico de golpe de antebrazos en la recepción.</li> <li>8. Realiza correctamente el saque por abajo o por encima del hombro.</li> <li>9. Realiza correctamente el gesto técnico del remate. 10. Realiza correctamente el gesto técnico del bloqueo</li> <li>11. Identifica e interpreta las reglas básicas del voleibol.</li> <li>12. Participa con entusiasmo del torneo interclases de voleibol.</li> <li>13. Es diligente al entregar consultas sobre el tema del voleibol.</li> <li>14. Reconoce las funciones y los componentes del sistema circulatorio.</li> </ol>

## 8.3 GRADO SEXTO, SÉPTIMO Y ACELERACIÓN

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.</li> <li>• Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.</li> <li>• Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.</li> <li>• Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.</li> <li>• Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.</li> <li>• Entender la importancia práctica física en la formación personal como hábito de vida saludable individual y social.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	6° ¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida? 7° ¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?

PERIODO I		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMÁTICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.  <b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes	<b>GRADO 6°</b> <b>PERSONAL</b> Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas.  Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.  Comprendo los conceptos de las	Identificación de capacidades corporales y de su sentido  Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes	Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.  Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.  Procuró cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.

<p>técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p>mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p> <p>valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b> Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el</p>	<p>pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.</p> <p>Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.</p> <p>Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</p> <p>Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones</p>	<p>Organización de movimientos de acuerdo con un fin</p> <p>Hábitos de cuidado personal y de su entorno</p> <p>Representación de ideas sentimientos y valores.</p>	<p>Perfecciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</p> <p>Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</p>	
---	--	--	--	--	--

	<p>logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y predeportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p> <p><b>GRADO 7°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos,</p>	<p>de la frecuencia cardiaca y respiratoria).</p>			
--	--	---	--	--	--

	<p>ejercicios y actividades pre deportivas</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>Mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>Incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p> <p>Valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b>          Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y pre deportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p>				
--	---	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

GRADO 6°		GRADO 7° Y ACELERACIÓN	
<b>LOCOMOCIÓN:</b> AMBITOS CONCEPTUALES 1. Caminar. 2. Correr. 3. Saltar. 4. Golpear. 5. Tregar. 6 Hábitos de higiene 7 Ajuste postural		<b>PATRONES DE LOCOMOCIÓN Y MOVIMIENTOS CULTURALMENTE DETERMINADOS</b> AMBITO CONCEPTUAL 1. Marchar 2. Correr 3. Saltar 4 Hábitos de higiene 5 Ajuste postural Ritmo fútbol sala softbol voleibol baloncesto	
<b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b>			
	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	Comprensión teórica de los diferentes Test Físicos.  Comprensión teórica de las capacidades físicas.  Comprensión la importancia de los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad.  Reconocimiento de la condición corporal y motriz a través de la exploración de modalidades gimnásticas.	Ejecución de los diferentes Test Físicos  Desarrollo de las capacidades físicas impuestas en la clase  Ejecución de movimientos en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.  Participación en la aplicación de pruebas físicas como desarrollo y medición de las posibilidades corporales y motrices.	Comprensión de la práctica física como reflejo en la calidad de vida.  Utilización el tiempo en la práctica de la actividad física y el juego; como una manera de fortalecer la autoestima, disciplina e incorporar estilos de vida saludables.
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 6°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 7° Y ACELERACIÓN</b>	
Camino libremente en forma individual, por parejas y en grupos siguiendo las características del patrón maduro de ejecución.  Camino transportando elementos de diferente pesos y tamaños con diferentes segmentos corporales sobre diferentes superficies.		Organizo coreografías sencillas acompañadas por diferentes ritmos musicales.  Ejecuto carreras y desplazamientos relacionados con el baloncesto.  Ejecuto carreras y desplazamientos relacionados con el sóftbol.	

<p>Corro sobre diferentes superficies a distintas velocidades y direcciones siguiendo las características del patrón maduro de ejecución.</p> <p>Ejecuto saltos con y sin impulso asociados a diferentes gestos deportivos de las disciplinas deportivas como el atletismo, baloncesto voleibol y fútbol.</p> <p>Realizo diferentes formas de rodar asociadas a destrezas deportivas.</p> <p>Ejecuto ejercicios de trepar asociados al trabajo de la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio.</p> <p>Permito la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del atletismo.</p> <p>Participo en las tareas motrices de locomoción mostrando interés y una actitud positiva.</p>	<p>Ejecuto carreras y desplazamientos relacionados con el voleibol.</p> <p>Ejecuto carreras y desplazamientos relacionados con el fútbol y el fútbol sala</p> <p>Ejecuto saltos asociados al atletismo.</p> <p>Ejecuto saltos asociados al baloncesto.</p> <p>Ejecuto saltos asociados al voleibol.</p> <p>Ejecuto saltos asociados al fútbol y al fútbol.</p> <p>Ejecuto carreras, desplazamientos y saltos asociadas a otras modalidades deportivas.</p> <p>Organizo coreografías sencillas acompañadas por diferentes ritmos musicales.</p> <p>Permito la ejercitación y el aprendizaje de tareas motrices propias de los patrones de locomoción.</p> <p>Participo en las tareas motrices de locomoción mostrando interés y una actitud positiva.</p>
--	--

<p><b>Objetivo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.</li> <li>● Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.</li> <li>● Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.</li> <li>● Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.</li> <li>● Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.</li> <li>● Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.</li> </ul>
<p><b>Competencias</b></p>	<p>Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal</p>
<p><b>Pregunta problematizadora</b></p>	<p>6° ¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?</p>

7° ¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales?

**PERIODO II**  
**EJES DE LOS ESTÁNDARES**

Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p align="center"><b>GRADO 6°</b> <b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas.</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo</p>	<p>Reconozco mis fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades gimnásticas.</p> <p>Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.</p> <p>Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.</p>	<p>Identificación de capacidades corporales y de su sentido</p> <p>Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes</p> <p>Organización de movimientos de acuerdo con un fin</p> <p>Hábitos de cuidado personal y de su entorno</p> <p>Representación de ideas sentimientos y valores.</p>	<p>Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.</p> <p>Comparo y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional.</p> <p>Explora modalidades gimnásticas. Experimentación sobre problemas de movimiento corporal.</p> <p>Organización de movimientos de acuerdo con</p>	<p>Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.</p> <p>Representación de ideas sentimientos y valores</p>

	<p>normas de prevención de riesgos</p> <p>valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b>          Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b>          Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de</p>	<p>Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.</p>		<p>un fin</p> <p>Construcción y apropiación de movimientos</p>	
--	--	---	--	--	--

	<p>habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y pre deportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 7°</b></p> <p>PERSONAL</p> <p>Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p> <p>Valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b> Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y predeportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p>				
<p align="center"><b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b></p>					
<p align="center"><b>GRADO 6°</b></p>			<p align="center"><b>GRADO 7° Y ACELERACIÓN</b></p>		
<p><b>PATRONES DE MANIPULACIÓN:</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b>            1. Lanzar            2. Pasar            3. Recibir            4. Atrapar            5. Golpear            6. Driblar            7. Rebotar            8. Patear            9. Batear  <b>Softbol baloncesto futbol de salón voleibol</b></p>			<p><b>PATRONES DE MANIPULACION Y DESTREZAS BÁSICAS.</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b>            1. Pasar y recibir            2. Lanzar            3. Conducir y driblar  <b>Formas jugadas</b>  <b>Softbol baloncesto futbol de salón voleibol</b></p>		

<b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b>			
	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Realización de diferentes ejercicios gimnásticos simples para el desarrollo de habilidades básicas motrices.</p> <p>Conocimiento de ejercicios de fuerza y resistencia para el desarrollo del sistema muscular</p>	<p>Reconocimiento global y segmentario en diferentes posturas del cuerpo.</p> <p>Ejecuta de forma adecuada ejercicios de fuerza y Resistencia</p> <p>Orienta en otros una adecuada coordinación, lateralidad y direccionalidad en la práctica de actividades lúdicas.</p>	<p>Comprensión de la importancia de utilizar el tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de la vida</p> <p>Participa y valora adecuadamente el trabajo individual y grupal.</p>
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 6°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 7° Y ACELERACIÓN</b>	
<p>Paso elementos variados combinando diferentes distancias, alturas y velocidades.</p> <p>Realizo pases asociados con los deportes más comunes del medio.</p> <p>Recibo elementos pasados a diferentes velocidades, alturas y distancias.</p> <p>Ejecuto recepciones asociadas a destrezas deportivas y laborales.</p> <p>Golpeo elementos de diferentes pesos, formas y tamaños con diferentes segmentos corporales controlando la direccionalidad.</p> <p>Realizo golpes asociadas con los deportes más comunes: fútbol (patear, cabecear), softbol (batear), voleibol (sacar).</p> <p>Combino el dribling con el control corporal, cambios de dirección y cambios de velocidad.</p> <p>Combino trabajo de coordinación dinámica general, equilibrio y velocidad con la habilidad motriz de patear.</p>		<p>Ejecuto pases y recepciones asociados al voleibol.</p> <p>Ejecuto pases y recepciones asociados al baloncesto.</p> <p>Ejecuto pases y recepciones asociados al fútbol y fútbol sala</p> <p>Aplico los patrones de pasar, recibir, conducir y driblar a la ejecución técnica básica de los fundamentos de las disciplinas elegidas como medio educativo.</p> <p>Manifiesto gusto por la realización de las actividades motrices de manipulación.</p> <p>Rechazo las actitudes negativas y de indisciplina que no permiten disfrutar de la clase o de los juegos.</p>	

<p>Manifiesto gusto por la realización de las actividades motrices de manipulación.</p> <p>Rechazo las actitudes negativas y de indisciplina que no permiten disfrutar de la clase o de los juegos.</p>	
---	--

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.</li> <li>• Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.</li> <li>• Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.</li> <li>• Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.</li> <li>• Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.</li> <li>• Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	6° ¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo? 7° ¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?

PERIODO III		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		

<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p style="text-align: center;"><b>GRADO 6°</b></p> <p><b>PERSONAL</b> Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas.</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p> <p>valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b> Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p>	<p>Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</p>	<p>Identificación de capacidades corporales y de su sentido</p> <p>Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes</p> <p>Organización de movimientos de acuerdo con un fin</p> <p>Hábitos de cuidado personal y de su entorno</p> <p>Representación de ideas sentimientos y valores.</p>	<p>Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música</p> <p>Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal.</p> <p>Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecida.</p> <p>Dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos</p> <p>Aplica practicas corporales de diversos campos</p>	<p>Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.</p> <p>Contribuyo a la c o n f o r m a c i ó n equitativa de los grupos de juego.</p> <p>Procuro cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.</p>
---	---	--	---	--	--

	<p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y pre deportivos, fundamentados</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 7°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>Mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>Incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p> <p>Valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b></p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y predeportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p>						
<p align="center"><b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b></p>							
<p align="center"><b>GRADO 6°</b></p>			<p align="center"><b>GRADO 7° Y ACELERACIÓN</b></p>				
<p><b>PATRONES DE EQUILIBRIO Y ESTABILIDAD GIMNASIA</b> <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posturas básicas</li> <li>2. Giros</li> <li>3. Posiciones invertidas</li> <li>4. Empujar</li> <li>5. Colgarse</li> <li>6. Levantarse</li> </ol>			<p><b>PATRONES DE EQUILIBRIO Y SU ARTICULACION A FUNDAMENTOS EN DIFERENTES DEPORTES.</b> <b>TECNICOS BASICOS. EN DIFERENTES DEPORTES.</b> <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fintas, amagues, detenciones y cambio de dirección</li> <li>2. Posiciones invertidas.</li> </ol>				
<p align="center"><b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b></p>							
	<p align="center"><b>Conceptuales (Saber)</b></p>	<p align="center"><b>Procedimentales (Hacer)</b></p>	<p align="center"><b>Actitudinales (Ser)</b></p>				
	<p>Comprensión y combinación de las técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual en el desarrollo de movimientos recreativos, pre competitivos y deportivos.</p>	<p>Realización de ejercicios de calentamiento y estiramiento para fortalecer los movimientos motrices y preparación para la actividad física.</p> <p>Ejecución de movimientos simples y</p>	<p>Participación en diferentes juegos cooperativos en los cuales evidencian apropiación del esquema corporal y fortalecimiento de las habilidades físico motrices.</p>				

	<p>Reconocimiento de los procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física, deportivas y lúdicas recreativas.</p> <p>Identificación de los diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos.</p> <p>Establece Relaciones de la práctica de la actividad física en la mejora de las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos</p> <p>Comprensión de las relaciones entre la actividad física y las mejoras en las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos en el cuerpo humano.</p>	<p>compuestos empleando diferentes elementos para el desarrollo de habilidades motrices en la práctica de las diferentes disciplinas deportivas</p> <p>Realización de secuencias de movimiento con duración y cadencia para rutinas rítmicas o gimnásticas preestablecidas.</p> <p>Ejecución de actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica y desarrollo de habilidades.</p>	<p>Comprensión de como la práctica física se refleja en la calidad de vida, en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.</p>
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 6°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 7° Y ACCELERACIÓN</b>	
<p>Realizo pirámides utilizando diferentes posiciones básicas.</p> <p>Ejecuto el rollo hacia delante siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto el arco siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto la media luna siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto el rollo hacia delante siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto la parada de manos siguiendo el gesto técnico adecuado</p> <p>Respeto las normas de seguridad establecidas para la realización de los ejercicios gimnásticos.</p>		<p>Articulo los patrones básicos de equilibrio con actividades de manipulación, locomoción y con destrezas artísticas.</p> <p>Aplico fintas, amagues y detenciones a gestos técnicos específicos de cada deporte escogido.</p> <p>Realizo pirámides utilizando diferentes posiciones básicas.</p> <p>Ejecuto el rollo hacia delante siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto el arco siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto la media luna siguiendo el gesto técnico adecuado.</p> <p>Ejecuto el rollo hacia delante siguiendo el gesto técnico adecuado.</p>	

<p>Participo activamente en las manifestaciones lúdicas mostrando respeto y tolerancia hacia las propuestas y realizaciones de los demás.</p>	<p>Ejecuto la parada de manos siguiendo el gesto técnico adecuado</p> <p>Respeto las normas de seguridad establecidas para la realización de los ejercicios gimnásticos.</p> <p>Participó activamente en las manifestaciones lúdicas mostrando respeto y tolerancia hacia las propuestas y realizaciones de los demás.</p>
---	--

<p><b>Objetivo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.</li> <li>• Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.</li> <li>• Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.</li> <li>• Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.</li> <li>• Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.</li> <li>• Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.</li> </ul>
<p><b>Competencias</b></p>	<p>Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal</p>
<p><b>Pregunta problematizadora</b></p>	<p>6° ¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo? 7° ¿Cómo optimizo y disfruto de los espacios para la práctica de actividades físicas propuestas en clase y las preferidas por el grupo?</p>

<p align="center"><b>PERIODO IV</b></p>		
<p align="center"><b>EJES DE LOS ESTÁNDARES</b></p>		
<p align="center">Competencia motriz Competencia</p>	<p align="center">Expresiva corporal Competencia</p>	<p align="center">Axiológica corporal competencia</p>
<p>Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p>	<p>Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.</p>	<p>Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.</p>

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>GRADO 4°</b> <b>PERSONAL</b> Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas.</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>Mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>Incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p> <p>Valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b></p>	<p>Comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.</p> <p>Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.</p> <p>Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.</p> <p>Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</p>	<p>Identificación de capacidades corporales y de su sentido</p> <p>Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes</p> <p>Organización de movimientos de acuerdo con un fin</p> <p>Hábitos de cuidado personal y de su entorno</p> <p>Representación de ideas sentimientos y valores.</p>	<p>Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.</p> <p>Participo en bailes folclóricos y modernos, siguiendo pasos o coreografías. Organizo juegos para desarrollar en la clase.</p> <p>Perfecciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</p>	<p>Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico</p> <p>Procuró cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.</p>

	<p>Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p> <p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y pre deportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 7°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo autonomía y responsabilidad en la práctica de juegos, ejercicios y actividades pre deportivas</p> <p>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices.</p> <p>mantengo vigente mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</p> <p>incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valorización de la vida y cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios de actividad física y mental.</p> <p><b>SOCIAL</b>          Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</p> <p>Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y los respeto.</p> <p>Acepto y comprendo las limitaciones físicas y sensoriales de mis compañeros.</p> <p>Interactuó motriz mente con mis compañeros para el logro de las metas colectivas.</p> <p>Atiendo consejos y criticas de mis profesores y compañeros</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b>          Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</p> <p>Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</p> <p>Aplico y relaciono, en juegos colectivos y pre deportivos, fundamentados técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</p>				
--	--	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

<b>GRADO 6°</b>	<b>GRADO 7° Y ACELERACIÓN</b>
-----------------	-------------------------------

<p><b>Experiencias Deportivas</b>          Hábitos saludables personal y entorno          La respiración efectos fisiológicos          Deportes-. Baloncesto futbol de salón voleibol ejercicios de intensidad frecuencia indicaciones y contraindicaciones          Juegos callejeros y de mesa          Juegos mentales          Danza. Bailes folclóricos y modernos coreografías</p>	<p><b>Experiencias Deportivas</b>          Hábitos saludables personal y entorno posturas corporales          Efectos fisiológicos y mentales          Deportes-. Deportes-. Baloncesto futbol de salón voleibol ejercicios de intensidad frecuencia indicaciones y contraindicaciones          Juegos callejeros          Ajedrez          Danza coreografías bailes folclóricos, modernos y urbanos.</p>
--	--

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Comprensión de los efectos fisiológicos que mejoran la condición física y salud corporal y mental</p> <p>Identificación de la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.</p> <p>Comprensión de los efectos fisiológicos que mejoran la condición</p>	<p>Ejecución de las diferentes disciplinas deportivas.</p> <p>Participación en los diferentes juegos propuestos.</p> <p>Realización de los ejercicios gimnásticos para fortalecer los movimientos motrices.</p> <p>Ejecución de movimientos simples y</p>	<p>Identificación de las fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable</p> <p>Comprensión de la importancia de utilizar el tiempo libre en actividades extracurriculares para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de la vida</p>

	<p>física, salud corporal</p> <p>Identificación de los espacios empleados por los compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Identificación de las actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p>	<p>compuestos empleando diferentes elementos para el desarrollo de habilidades motrices en la práctica de las diferentes disciplinas deportivas.</p> <p>Adaptación a las condiciones, características y posibilidades de realizar la actividad física y deportiva.</p> <p>Realización de actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p>	<p>Disposición para realizar actividades lúdicas, deportivas respetando las normas establecidas en la realización de juegos.</p> <p>Respeto por los espacios empleados por los compañeros para sus propias prácticas.</p>
INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 6°		INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 7° Y ACELERACIÓN	
<p>Identificación del campo de juego y los elementos necesarios para la práctica de los diferentes deportes.</p> <p>Realización de ejercicios controlando su cuerpo y el objeto manipulado</p> <p>Ejecución de diferentes pases por arriba y abajo Lanzar, pasar y recibir en diferentes trayectorias y velocidades relacionándolo con deportes de conjunto.</p> <p>Comprensión de los efectos fisiológicos que mejoran la condición física y salud corporal y mental.</p> <p>Identificación de la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.</p> <p>Ejecución de las diferentes disciplinas deportivas.</p> <p>Participación en los diferentes juegos propuestos.</p> <p>Identificación de las fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable</p> <p><b>Comprensión de los efectos fisiológicos que mejoran la condición física, salud corporal y mental.</b></p> <p>Ejecución de movimientos simples y compuestos empleando diferentes elementos para el desarrollo de habilidades motrices en la práctica de las diferentes disciplinas deportivas.</p> <p>Comprensión de la importancia de utilizar el tiempo libre en actividades</p>		<p>Identificación del campo de juego y los elementos necesarios para la práctica de los diferentes deportes.</p> <p>Realización de ejercicios controlando su cuerpo y el objeto manipulado</p> <p>Ejecución de diferentes pases por arriba y abajo Lanzar, pasar y recibir en diferentes trayectorias y velocidades relacionándolo con deportes de conjunto.</p> <p>Identificación de las actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p> <p>Identificación de los espacios empleados por los compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Realización de actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p> <p>Respeto por los espacios empleados por los compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Adaptación a las condiciones, características y posibilidades de realizar la actividad física y deportiva.</p> <p>Disposición para realizar actividades lúdicas, deportivas respetando las normas establecidas en la realización de juegos.</p> <p>Comprensión de los efectos fisiológicos que mejoran la condición física y salud corporal y mental.</p> <p>Ejecución de las diferentes disciplinas deportivas participando en los diferentes juegos propuestos.</p> <p>Comprensión de los efectos fisiológicos que mejoran la condición física, salud</p>	

<p>extracurriculares para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de la vida.</p>	<p>corporal y mental.</p>
--	---------------------------

## 8.4 GRADO OCTAVO Y NOVENO

<p><b>Objetivo</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</li> <li>● Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</li> <li>● Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> <li>● Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución, en beneficio de los resultados del grupo.</li> <li>● Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.</li> <li>● Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>
<p><b>Competencias</b></p>	<p>Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal</p>
<p><b>Pregunta problematizadora</b></p>	<p>8° ¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas? 9° ¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p>

<b>PERIODO I</b>		
<b>EJES DE LOS ESTÁNDARES</b>		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia

Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.	Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal
---	--	--

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>GRADO 8°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p>	<p>Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.</p> <p>Relaciono los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.</p> <p>Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.</p>	<p>Experimentación sobre problemas de movimiento corporal</p> <p>Construcción de tiempos y espacios de acuerdo con intereses y ambientes específicos</p> <p>Dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos</p> <p>Hábitos y acciones de solidaridad y comunicación</p> <p>Construcción de lenguajes corporales</p> <p>Apertura a la diversidad</p>	<p>Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.</p> <p>Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y Actividad física.</p> <p>Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.</p>	<p>Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.</p> <p>Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.</p> <p>Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y Relajación.</p>

	<p>1. Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p>		<p>Aplica practicas corporales de diversos campos</p>		
--	---	--	---	--	--

	<p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 9°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p>				
--	--	--	--	--	--

NUCLEO TEMATICO POR GRADO					
GRADO 8°			GRADO 9°		
<b>ATLETISMO</b> <b>AMBITOS CONCEPTUALES</b> 1. Ambientación y adaptación. 1. Juegos y ejercicios. 2. Test de conducta de entrada.  2. Carreras. 1. Velocidad. 2. Semi fondo. 3. Fondo prolongado 4. Obstáculos. 5. Relevos  3. Saltos. 1. De altura. 2. De Longitud: largo y triple. 3. Juegos y concursos.  4. Lanzamientos 1. De pelota y jabalina. 2. De bala. 3. De disco. 4. Juegos y concursos.			<b>ATLETISMO</b> <b>AMBITOS CONCEPTUALES</b> 1. Ambientación y adaptación. 1. Juegos y ejercicios. 2. Test de conducta de entrada.  2. Carreras. 1. Velocidad. 2. Semi fondo. 3. Fondo prolongado 4. Obstáculos. 5. Relevos  3. Saltos. 1. De altura. 2. De Longitud: largo y triple. 3. Juegos y concursos.  4. Lanzamientos 1. De pelota y jabalina. 2. De bala. 3. De disco. 4. Juegos y concursos.		
INDICADORES POR DESEMPEÑO					
	Conceptuales (Saber)		Procedimentales (Hacer)		Actitudinales (Ser)
	Identificación de las capacidades físicas y su respectivo test.		Ejecución de los test físico motrices y comparación de resultados con las tablas		Cooperación en las actividades grupales propuestas asumiendo una actitud
	Reconocimiento de las capacidades físicas y su respectiva clasificación.		Realización de actividades encaminadas al		Valoración de la actividad física como



		desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas	una forma de mejorar su salud y bienestar.
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 8°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 9°</b>	
<p>Conceptualizo apropiadamente sobre los aspectos teóricos y tácticos del atletismo.</p> <p>Participo activamente en las pruebas atléticas de velocidad, fondo, lanzamientos y saltos aplicando los gestos técnicos adecuados.</p> <p>Ejecuto técnicamente los ejercicios gimnásticos para el desarrollo de la musculatura anterior y posterior del tronco.</p> <p>Ejecuto técnicamente los ejercicios gimnásticos para el desarrollo de la flexibilidad y fuerza del tronco.</p> <p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del atletismo.</p>		<p>Conceptualizo apropiadamente sobre los aspectos teóricos y tácticos del atletismo.</p> <p>Participo activamente en las pruebas atléticas de velocidad, fondo, lanzamientos y saltos aplicando los gestos técnicos adecuados.</p> <p>Ejecuto técnicamente los ejercicios gimnásticos para el desarrollo de la musculatura anterior y posterior del tronco.</p> <p>Ejecuto técnicamente los ejercicios gimnásticos para el desarrollo de la flexibilidad y fuerza del tronco.</p> <p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del atletismo.</p>	

<b>Objetivo</b>	<p>Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</p> <p>Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</p> <p>Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</p> <p>Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución, en beneficio de los resultados del grupo.</p> <p>Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.</p> <p>Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</p>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal



<b>Pregunta problematizadora</b>	8° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar? 9° ¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?
----------------------------------	--

PERIODO II		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.	Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		

<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p style="text-align: center;"><b>GRADO 8°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>1. Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y</p>	<p>Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.</p> <p>Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.</p> <p>Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.</p>	<p><b>Experimentación sobre problemas de movimiento corporal</b></p> <p>Construcción de tiempos y espacios de acuerdo con intereses y ambientes específicos</p> <p><b>Dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos</b></p> <p>Hábitos y acciones de solidaridad y comunicación</p> <p>Construcción de lenguajes corporales</p> <p>Apertura a la diversidad</p> <p>Aplica prácticas corporales de diversos campos</p>	<p>Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación.</p> <p>Selecciono modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento.</p> <p>Participo en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.</p> <p>Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.</p> <p>Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.</p>	<p>Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.</p> <p>Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.</p>
---	--	---	---	--	---

	<p>contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p> <p><b>GRADO 9°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p>				
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					
<b>GRADO 8</b>			<b>GRADO 9</b>		

## BALONCESTO

### AMBITOS CONCEPTUALES

#### 1. Ambientación y adaptación

1. El reglamento
2. El juego
3. La cancha
4. Desplazamientos, carreras, saltos, cambios de dirección.

#### 2. Dribling

1. Posiciones básicas
2. Desplazamientos en diferentes direcciones.
3. Desplazamientos con cambio de velocidad.

#### 3. Pases

1. Posiciones básicas.
2. Agarre del balón
3. tipos de pases: de pecho, picado, a dos manos, y otros mas.

#### 4. Lanzamientos.

1. Posiciones.
2. Tipos de lanzamiento: estático, en movimiento, en suspensión y otros más.
3. Tiro libre.

#### 5. Doble ritmo

1. Ejercicios sin balón
2. Entradas por la derecha
3. Entradas por la izquierda
4. Entrada de frente
6. Combinaciones.
1. Dribling, pases y lanzamientos.

#### 7. Aplicación en el juego.

1. Practica en grupos reducidos.
2. Mini torneos en el curso.

## BALONCESTO

### AMBITOS CONCEPTUALES

#### 1. Ambientación y adaptación

1. El reglamento
2. El juego
3. La cancha
4. Desplazamientos, carreras, saltos, cambios de dirección.

#### 2. Dribling

1. Posiciones básicas
2. Desplazamientos en diferentes direcciones.
3. Desplazamientos con cambio de velocidad.

#### 3. Pases

1. Posiciones básicas.
2. Agarre del balón
3. tipos de pases: de pecho, picado, a dos manos, y otros mas.

#### 4. Lanzamientos.

1. Posiciones.
2. Tipos de lanzamiento: estático, en movimiento, en suspensión y otros más.
3. Tiro libre.

#### 5. Doble ritmo

1. Ejercicios sin balón
2. Entradas por la derecha
3. Entradas por la izquierda
4. Entrada de frente
6. Combinaciones.
1. Dribling, pases y lanzamientos.

52

#### 7. Aplicación en el juego.

1. Practica en grupos reducidos.
2. Mini torneos en el curso.

INDICADORES POR DESEMPEÑO			
	Conceptuales (Saber)	Procedimentales (Hacer)	Actitudinales (Ser)
	<p>Identificación de las capacidades físicas y su respectivo test para repotencializarlos mediante ejercicios.</p> <p>Reconocimiento de las capacidades físicas y su respectiva clasificación para el desarrollo de las mismas.</p>	<p>Ejecución de test físico motrices para comparar resultados en tablas estandarizadas.</p> <p>Realización de actividades encaminadas al desarrollo motriz para el mejoramiento de las capacidades físicas.</p>	<p>Valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar la salud y bienestar.</p> <p>Cooperación en las actividades grupales propuestas: asumiendo una actitud positiva para evidenciar valores institucionales.</p>
INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 8°		INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 9°	
<p>Conceptualizo apropiadamente sobre los aspectos teóricos y tácticos del baloncesto.</p> <p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el doble ritmo.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los lanzamientos.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el drible</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente acciones ofensivas y defensivas en un partido</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del baloncesto.</p>		<p>Conceptualizo apropiadamente sobre los aspectos teóricos y tácticos del baloncesto.</p> <p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el doble ritmo.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los lanzamientos.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el drible</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente acciones ofensivas y defensivas en un partido</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del baloncesto.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.</p>	

Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.	
--	--

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</li> <li>● Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</li> <li>● Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> <li>● Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución, en beneficio de los resultados del grupo.</li> <li>● Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.</li> <li>● Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	8° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar? 9° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?

PERIODO III		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.	Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		

<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p style="text-align: center;"><b>GRADO 8°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p>	<p>Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.</p> <p>Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.</p> <p>Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.</p>	<p>Experimentación sobre problemas de movimiento corporal</p> <p>Construcción de tiempos y espacios de acuerdo con intereses y ambientes específicos</p> <p>Dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos</p> <p>Hábitos y acciones de solidaridad y comunicación Construcción de lenguajes corporales</p> <p>Apertura a la diversidad Aplica practicas corporales de diversos campos</p>	<p>Combino movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.</p> <p>Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal.</p> <p>Propongo secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música.</p> <p>Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.</p>	<p>Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.</p> <p>Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.</p> <p>Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.</p>
---	--	---	---	---	--

	<p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p> <p><b>GRADO 9°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p>				
--	--	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

<b>GRADO 8°</b>	<b>GRADO 9°</b>
<p><b>FUTBOL Y FUTBOL DE SALON</b>  <b>AMBITOS CONCEPTUALES</b>            1. Ambientación y adaptación            1. El reglamento            2. El juego            3. La cancha            4. Desplazamientos, carreras, saltos, cambios de dirección.</p> <p>2. Conducción y dribling            1. Según la superficie de contacto: Borde interno, punta, borde externo y empeine</p>	<p><b>FUTBOL Y FUTBOL DE SALON</b>  <b>AMBITOS CONCEPTUALES</b>            1. Ambientación y adaptación            1. El reglamento            2. El juego            3. La cancha            4. Desplazamientos, carreras, saltos, cambios de dirección.</p> <p>2. Conducción y dribling            1. Según la superficie de contacto: Borde interno, punta, borde externo y empeine</p>

<p>2. Según la forma: con finta, amague y esquite. 3. Juegos de aplicación</p> <p>3. Pase y remate 1. Según la superficie: Borde interno y externo, punta, talón y empeine 2. según la forma: Volea, semivolea y cabeza. 3. Según la distancia: Rasante, media altura y elevado. 4. Combinaciones: Conducción, pase y remate. 5. juegos de aplicación.</p> <p>4. Dominio del balón. 1. Con empeine. 2. Con muslo. 3. Con Cabeza. 4. Juegos de aplicación.</p> <p>5. Maniobras técnicas. 1. Saque lateral. 2. Tiro de esquina. 3. Saque de meta. 4. Carga legal.</p> <p>6. Aplicación de los principios de juego. 1. Pequeños grupos. 2. Grupos mayores. 3. Mini torneos de fútbol</p>	<p>2. Según la forma: con finta, amague y esquite. 3. Juegos de aplicación</p> <p>3. Pase y remate 1. Según la superficie: Borde interno y externo, punta, talón y empeine 2. según la forma: Volea, semivolea y cabeza. 3. Según la distancia: Rasante, media altura y elevado. 4. Combinaciones: Conducción, pase y remate. 5. juegos de aplicación.</p> <p>4. Dominio del balón. 1. Con empeine. 2. Con muslo. 3. Con Cabeza. 4. Juegos de aplicación.</p> <p>5. Maniobras técnicas. 1. Saque lateral. 2. Tiro de esquina. 3. Saque de meta. 4. Carga legal.</p> <p>6. Aplicación de los principios de juego. 1. Pequeños grupos. 2. Grupos mayores. 3. Mini torneos de fútbol</p>
---	---

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Identificación de los fundamentos técnicos del voleibol para repotencializarlos mediante ejercicios prácticos.</p> <p>Apropiación de los conceptos teóricos del área expuestos durante el periodo para el desarrollo y fortalecimiento de</p>	<p>Ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol en acciones reales de juego</p> <p>Realización de actividades encaminadas al desarrollo motriz para el mejoramiento de las capacidades físicas.</p>	<p>Cooperación en las actividades grupales propuestas asumiendo una actitud</p> <p>Valoración de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar.</p>

	esquemas, fundamentos prácticos y conceptos.		
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 8°</b>		<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 9°</b>	
<p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Conceptualizo apropiadamente sobre los aspectos teóricos y tácticos del fútbol de salón y fútbol.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el drible y los pases.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente la parada del balón con la planta del pie, el muslo, el pecho y otras partes del cuerpo.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los desplazamientos, marcaciones, demarcaciones y golpes al balón con las diferentes partes del pie durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del fútbol sala y del fútbol.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.</p>		<p>Ejecuto adecuadamente los ejercicios de calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Conceptualizo apropiadamente sobre los aspectos teóricos y tácticos del fútbol de salón y fútbol.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente el drible y los pases.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente la parada del balón con la planta del pie, el muslo, el pecho y otras partes del cuerpo.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los desplazamientos, marcaciones, demarcaciones y golpes al balón con las diferentes partes del pie durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del fútbol sala y del fútbol.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.</p>	

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</li> <li>● Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</li> <li>● Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> <li>● Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución, en beneficio de los resultados del grupo.</li> <li>● Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.</li> <li>● Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal

<b>Pregunta problematizadora</b>	8° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar? 9° ¿Cómo fortalecer los hábitos de postura e higiene corporal?
----------------------------------	---

PERIODO IV		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.	Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.  <b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.  <b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal	<b>GRADO 8°</b>  PERSONAL  Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre  Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales  Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal  SOCIAL	Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.  Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.  Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Experimentación sobre problemas de movimiento corporal  Construcción de tiempos y espacios de acuerdo con intereses y ambientes específicos  Dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales específicos  Hábitos y	Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.  Realizo danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías. Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.  Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.  Selecciono actividades para mi tiempo de ocio  Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.

	<p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p> <p>1. Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p>		<p>acciones de solidaridad y comunicación Construcción de lenguajes corporales</p> <p>Apertura a la diversidad Aplica practicas corporales de diversos campos</p>		<p>Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.</p>
--	--	--	---	--	---

	<p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p> <p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p> <p style="text-align: center;"><b>GRADO 9°</b></p> <p><b>PERSONAL</b></p> <p>Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre</p> <p>Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales</p> <p>Valoro la competencia deportiva como un escenario para mi desarrollo personal</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Lidero la organización dirección de las actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar interinstitucional</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Reconozco las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</p> <p>Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</p> <p>Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas complejas</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Utilizo los pasatiempos como un aprestamiento creativo para las actividades productivas</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Participo en equipos deportivos de por lo menos dos modalidades diferentes</p> <p>Aplico los fundamentos técnicos básicos</p>				
--	--	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

GRADO 8°	GRADO 9°
<p><b>VOLEIBOL</b> <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ambientación y adaptación</li> <li>1. El reglamento</li> <li>2. El juego</li> <li>3. La cancha</li> <li>4. Desplazamientos, carreras, saltos, cambios de dirección.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Posiciones básicas para pasar y recibir.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Golpe de dedos.</li> <li>2. Técnica y reglamento.</li> <li>3. Con y sin desplazamientos.</li> <li>4. Individual, por parejas y en grupos.</li> <li>5. Formas jugadas.</li> </ol> </li> <li>3. La recepción.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Técnica y reglamento.</li> <li>2. Posiciones básicas.</li> <li>3. Desplazamientos.</li> <li>4. combinaciones de golpe de dedos y antebrazos.</li> <li>5. Formas jugadas.</li> </ol> </li> <li>4. El saque o servicio.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Técnica y reglamento.</li> <li>2. Posiciones básicas.</li> <li>3. Formas del servicio: por encima y por debajo.</li> <li>4. Combinaciones del servicio y del saque.</li> <li>5. Formas jugadas.</li> <li>5. El ataque.                   <ol style="list-style-type: none"> <li>1. posición de los segmentos corporales.</li> <li>2. Carrera de impulso.</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>	<p><b>VOLEIBOL</b> <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ambientación y adaptación</li> <li>1. El reglamento</li> <li>2. El juego</li> <li>3. La cancha</li> <li>4. Desplazamientos, carreras, saltos, cambios de dirección.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Posiciones básicas para pasar y recibir.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Golpe de dedos.</li> <li>2. Técnica y reglamento.</li> <li>3. Con y sin desplazamientos.</li> <li>4. Individual, por parejas y en grupos.</li> <li>5. Formas jugadas.</li> </ol> </li> <li>3. La recepción.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Técnica y reglamento.</li> <li>2. Posiciones básicas.</li> <li>3. Desplazamientos.</li> <li>4. combinaciones de golpe de dedos y antebrazos.</li> <li>5. Formas jugadas.</li> </ol> </li> <li>4. El saque o servicio.               <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Técnica y reglamento.</li> <li>2. Posiciones básicas.</li> <li>3. Formas del servicio: por encima y por debajo.</li> <li>4. Combinaciones del servicio y del saque.</li> <li>5. Formas jugadas.</li> <li>5. El ataque.                   <ol style="list-style-type: none"> <li>1. posición de los segmentos corporales.</li> <li>2. Carrera de impulso.</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>

<p>3. Salto. 4. Caída</p> <p>6. El bloqueo 1. posición de los segmentos corporales. 2. Carrera de impulso. 3. Salto. 4. Caída 7. Formas jugadas del voleibol 1. Rotaciones. 2. Cambios. 3. Anotaciones.</p>	<p>3. Salto. 4. Caída</p> <p>6. El bloqueo 1. posición de los segmentos corporales. 2. Carrera de impulso. 3. Salto. 4. Caída 7. Formas jugadas del voleibol 1. Rotaciones. 2. Cambios. 3. Anotaciones.</p>
---	---

INDICADORES POR DESEMPEÑO			
	Conceptuales (Saber)	Procedimentales (Hacer)	Actitudinales (Ser)
	<p>Identificación de los fundamentos técnicos del Baloncesto.</p> <p>Apropiación de los conceptos teóricos del área expuestos durante el periodo.</p> <p>Asimilación de los conceptos básicos de técnica y táctica del voleibol y baloncesto.</p> <p>Reconocimiento del reglamento del voleibol y el baloncesto.</p>	<p>Ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto en acciones reales de juego.</p> <p>Realización de actividades para el desarrollo de las capacidades físicas.</p> <p>Ejecución de los ejercicios propios de cada deporte al trabajar en equipo</p>	<p>Cooperación en las actividades grupales propuestas: asumiendo una actitud positiva.</p> <p>Valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar.</p> <p>Cumplimiento en las consultas de los temas trabajados en el periodo.</p> <p>Cuidado e higiene personal</p> <p>Valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar.</p>

INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 8°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 9°
<p>Conceptualizo apropiadamente acerca del voleibol.  Ejecuto técnica y tácticamente el golpe de dedos.  Ejecuto técnica y tácticamente de golpe de antebrazos.  Ejecuto técnica y tácticamente el saque  Ejecuto técnica y tácticamente el remate.  Ejecuto técnica y tácticamente el bloqueo  Ejecuto adecuadamente la rotación  Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del voleibol.  Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.</p>	<p>Conceptualizo apropiadamente acerca del voleibol.  Ejecuto técnica y tácticamente el golpe de dedos.  Ejecuto técnica y tácticamente de golpe de antebrazos.  Ejecuto técnica y tácticamente el saque  Ejecuto técnica y tácticamente el remate.  Ejecuto técnica y tácticamente el bloqueo  Ejecuto adecuadamente la rotación  Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos técnicos básicos del voleibol.  Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios y actividades físico-motrices propuestas.</p>

## 8.5 GRADO DECIMO Y ONCE

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.</li> <li>● Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.</li> <li>● Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.</li> <li>● Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar.</li> <li>● Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros.</li> <li>● Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	<p>10° ¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p> <p>11° ¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p>

**PERIODO I**  
**EJES DE LOS ESTÁNDARES**

Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.	Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.	Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

COMPETENCIAS	DBA - EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>GRADO 10°</b></p> <p>PERSONAL Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una practica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiables para</p>	<p>Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.</p> <p>Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.</p> <p>Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego.</p>	<p>Identificación de Proyección de sus capacidades corporales a un fin</p> <p>Adecuación del tiempo y el espacio a construcciones corporales</p> <p>Calidad y eficiencia en diseño de movimientos corporales</p> <p>Comparación de diversas prácticas corporales y su significación cultural</p> <p>Construcción de composiciones y organizaciones</p>	<p>Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.</p> <p>Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad físicapausa- actividad física, en mi plan de condición física.</p> <p>Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.</p>	<p>Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p> <p>Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.</p> <p>Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.</p>

	<p>controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad.</p> <p><b>SOCIAL</b> Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso</p>	<p>Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>desde los diferentes campos</p> <p>Diseño de prácticas corporales</p> <p>Construye diseños de prácticas corporales capacidades corporales y de su sentido</p> <p>Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes</p>		
--	--	--	---	--	--

	<p>creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.</p> <p><b>GRADO 11°</b></p> <p><b>PERSONAL</b> Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiable para controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p>				
--	---	--	--	--	--

	Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.				
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					
<b>GRADO 10°</b>			<b>GRADO 11°</b>		
<b>FUNDAMENTOS BASICOS SOBRE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b> 1. Fundamentos básicos sobre organización deportiva 2. Generalidades: concepto e importancia. 3. Estructura básica del deporte colombiano. 4. Estructura campeonatos intramurales.			<b>PLANEACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE EVENTOS</b> <b>AMBITO CONCEPTUAL</b> Planificación y organización de eventos. Selección del evento Justificación Objetivos que se proponen. Fase de divulgación y motivación. Fase de inscripciones, definición de sistemas de competencia y participación. Fase de ejecución. Fase de evaluación		
<b>INDICADORES POR DESEMPEÑO</b>					
		<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>	
		Identificación de las capacidades físicas y su respectivo test.  Reconocimiento de las capacidades físicas y su respectiva clasificación.	Ejecución de los test físico motrices y comparación de resultados con las tablas estandarizadas.  Realización de actividades encaminadas al desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas	Valoración de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar.  Cooperación en las actividades grupales propuestas asumiendo una actitud positiva.	
<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 10°</b>			<b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 11°</b>		
Manejo con propiedad los elementos básicos de la organización deportiva. Identifico las teorías sobre el manejo del recurso humano y las adapta en el manejo y organización de eventos recreativos, deportivos y culturales.			Conceptualizo apropiadamente sobre la planeación y organización de eventos. Participo activa y responsablemente en la organización de campeonatos intramurales		



<p>Reconozco y maneja apropiadamente los conceptos contemporáneos de organización deportiva.</p> <p>Identifico las etapas del proceso administrativo.</p> <p>Aplico eficientemente los sistemas de competencia.</p> <p>Participo activa y responsablemente en la planeación, organización y ejecución de los torneos interclases.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante la ejercitación y el aprendizaje de los fundamentos básicos de la organización deportiva.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>	<p>Presento planes para lo organización y desarrollo de eventos recreativos, culturales y deportivos.</p> <p>Elaboro programaciones, tablas de resultados, y planillas para el desarrollo de los eventos.</p> <p>Manejo y aplico los sistemas de competencia.</p> <p>Presento informes claros y a su debido tiempo de la comisión a la que pertenece.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>
---	---

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</li> <li>● Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</li> <li>● Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	<p>10° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?</p> <p>11° ¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?</p>

<b>PERIODO II</b>		
<b>EJES DE LOS ESTÁNDARES</b>		
Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.	Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.	Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

COMPETENCIAS	CONTENIDOS
--------------	------------

	DBA – EVIDENCIAS	Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>GRADO 10°</b></p> <p><b>PERSONAL</b> Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una practica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiables para controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad.</p> <p><b>SOCIAL</b> Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p>		<p>Identificación de Proyección de sus capacidades corporales a un fin</p> <p>Adecuación del tiempo y el espacio a construcciones corporales Calidad y eficiencia en diseño de movimientos corporales</p> <p>Comparación de diversas prácticas corporales y su significación cultural Construcción de composiciones y organizaciones desde los diferentes campos</p> <p>Diseño de prácticas corporales</p> <p>Construye diseños de prácticas corporales capacidades corporales y de</p>	<p>Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.</p> <p>Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.</p> <p>Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos</p> <p>Presento composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades.</p> <p>Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.</p> <p>Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad físicapausa-actividad física, en mi plan de condición</p>	<p>Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego</p> <p>Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.</p> <p>Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.</p>

	<p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, cooperación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución</p>		<p>su sentido</p> <p>Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes de acuerdo con un fin</p> <p>Hábitos de cuidado personal y de su entorno</p> <p>Representación de ideas sentimientos y valores.</p>	<p>física.</p> <p>Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.</p>	
--	--	--	--	---	--

	<p>educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.</p> <p><b>GRADO 11°</b></p> <p><b>PERSONAL</b>          Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Utilizo procedimientos técnicos confiable para controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.</p>				
<b>NUCLEO TEMATICO POR GRADO</b>					
<b>GRADO 10°</b>			<b>GRADO 11°</b>		
<p><b>ELEMENTOS BÁSICOS SOBRE REGLAMENTACION AMBITOS CONCEPTUALES</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atletismo</li> <li>2. Fútbol</li> <li>3. Fútbol sala</li> </ol>			<p><b>PREPARACIÓN FÍSICA Y EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La preparación física como parte fundamental para el rendimiento óptimo de la actividad.</li> <li>2. Conceptualización.</li> <li>3. Efectos físicos y psicológicos</li> </ol>		

<p>4. Baloncesto 5. Voleibol 6. Gimnasia 7. Sóftbol 8. Deportes extremos 9. Otras modalidades deportivas</p>	<p>4. Principios fundamentales. 5. Objetivos de la preparación física de base. 6. Cualidades físicas, posibilidades, limitaciones. 7. Medios de la preparación física 8. Planeamiento de la preparación física. 9. Test para medir la condición física.</p>
--	---

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Argumentación de los fundamentos técnicos del fútbol de salón aplicados en diferentes ejercicios.</p> <p>Conocimiento de las capacidades físicas por medio de la práctica deportiva .</p> <p>Reconocimiento de las capacidades físicas y su respectiva clasificación para el desarrollo de las mismas.</p> <p>Conceptualización de los tipos de juegos como experiencia comunicativa y actividad creativa.</p> <p>Identificación de las diferencias de los tipos de juegos como experiencia comunicativa y actividad creativa.</p>	<p>Ejecución de los fundamentos técnicos del fútbol de salón mejorando el desarrollo de las capacidades físicas.</p> <p>Exposición de los juegos como experiencia comunicativa y actividad creativa para el desarrollo de valores y trabajo colaborativo.</p> <p>Elaboración de circuitos físicos para repontencializar las capacidades físicas mediante ejercicios.</p> <p>Unión dedos o más personas para mejorar el trabajo en equipo y alcanzar metas comunes.</p>	<p>valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar.</p> <p>Cooperación en las actividades grupales propuestas: asumiendo una actitud positiva para evidenciar valores institucionales.</p> <p>Exposición de los juegos como experiencia comunicativa y actividad creativa para el desarrollo de valores y trabajo colaborativo.</p> <p>Valoración la higiene personal y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar la salud y bienestar</p> <p>Unión dedos o más personas para mejorar el trabajo en equipo y alcanzar metas comunes.</p>

**INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 10°**

**INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 11°**

<p>Identifico con propiedad los aspectos más relevantes del deporte seleccionado y consultado.</p> <p>Expongo claramente y con conocimiento acerca del deporte consultado y hace buen uso de las ayudas didácticas.</p>	<p>Conceptualizo apropiadamente acerca de la preparación física y el entrenamiento deportivo.</p> <p>Reconozco los principios y objetivos de la preparación física y el entrenamiento deportivo.</p>
---	--

<p>Ejecuto el calentamiento siguiendo las etapas apropiadas. Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase. Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas. Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>	<p>Conceptualizo apropiadamente sobre intensidad, frecuencia, supercompensación, adaptación y fatiga. Ejecuto el calentamiento adecuado siguiendo las etapas apropiadas. Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase. Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas. Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>
---	---

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</li> <li>● Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de resultados propios y del grupo.</li> <li>● Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	<p>10° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?</p> <p>11° ¿Cómo fortalecer los hábitos de postura e higiene corporal?</p>

PERIODO III		
EJES DE LOS ESTÁNDARES		
Competencia motriz Competencia	expresiva corporal Competencia	axiológica corporal competencia
Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.	Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.	Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		

<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>GRADO 10°</b></p> <p><b>PERSONAL</b> Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una practica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiables para controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad.</p> <p><b>SOCIAL</b> Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.</p>	<p>Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</p> <p>Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.</p>	<p>Identificación de Proyección de sus capacidades corporales a un fin</p> <p>Adecuación del tiempo y el espacio a construcciones corporales Calidad y eficiencia en diseño de movimientos corporales</p> <p>Comparación de diversas prácticas corporales y su significación cultural Construcción de composiciones y organizaciones desde los diferentes campos</p> <p>Diseño de prácticas corporales</p> <p>Construye diseños de prácticas corporales capacidades corporales y de su sentido</p> <p>Relación y</p>	<p>Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.</p> <p>Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad físicapausa-actividad física, en mi plan de condición física</p> <p>Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos..</p>	<p>Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p> <p>Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.</p> <p>Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.</p> <p>Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.</p>
---	--	--	--	---	--

	<p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p>		<p>diferenciación de espacios y tiempos ambientes.</p>		
--	---	--	--	--	--

	<p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.</p> <p><b>GRADO 11°</b></p> <p><b>PERSONAL</b>          Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiable para controlar y evaluar mis propios logros en el</p>				
--	--	--	--	--	--

	<p>desarrollo de mi corporalidad</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b></p> <p>Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.</p>				
--	---	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

GRADO 10°	GRADO 11°
<p><b>FUNDAMENTOS BÁSICOS DE RECREACION</b></p> <p>1. La recreación.</p> <p>1.1 Concepto</p> <p>1.2. Historia</p> <p>1.3. Importancia</p> <p>1.44. Objetivos y características</p> <p>2. El juego</p> <p>2.1. Concepto</p>	<p><b>EJECUCION DEL PLAN DE PREPARACION FISICA DE BASE</b></p> <p><b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <p>1. Planificación deportiva:</p> <p>1.1. Fundamentos teóricos básicos.</p> <p>2. Administración de planes</p> <p>2.1. Ejecución.</p> <p>2.2. Evaluación de resultados</p>

<p>2.2 Importancia 2.3. Clasificación 2.4. Función como elemento educativo</p> <p>3. Actividades culturales 3.1. Títeres 3.2. Danzas 3.3. Chistes 4. Otros</p> <p>4. Campismo 4.1. Concepto 4.2. Objetivo 2.3. Características 4.4. Organización 4.5. Vivencia y práctica</p>	
---	--

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Reconocimiento y aprendizaje de conceptos básicos de preparación física, concientizándose de la necesidad de una práctica adecuada de la actividad física</p> <p>Realización de ejercicios de calentamiento y estiramiento para fortalecer los movimientos motrices y preparación para la actividad física</p> <p>Identificación y práctica de actividades físicas que permitan el mejoramiento y mantenimiento del propio cuerpo.</p>	<p>Ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol en acciones reales de juego.</p> <p>Elaboración de circuitos físicos donde se permite medir la evolución y desarrollo en las capacidades motrices.</p> <p>Reconocimiento de las capacidades físicas y su respectiva clasificación para el desarrollo de las mismas</p> <p>Realización de actividades encaminadas a la higiene corporal, personal y al desarrollo motriz.</p>	<p>Valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar la salud y bienestar.</p> <p>.</p> <p>Cooperación en las actividades grupales propuestas asumiendo el trabajo en equipo como una fortaleza para mejorar el desempeño fortalecer las actitudes positivas y evidenciar valores institucionales.</p>

INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 10°	INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 11°
<p>Conceptualizo apropiadamente sobre recreación, tiempo libre, ocio y juego. Presento planes para la organización, ejecución y evaluación de eventos recreativos y culturales.</p> <p>Participo activa y responsablemente en la ejecución de las actividades recreativas y culturales propuestas por sus compañeros.</p> <p>Realizo el calentamiento siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>	<p>Conceptualizo apropiadamente acerca de la preparación física, el entrenamiento y el buen uso del ejercicio físico para el mantenimiento y mejoramiento de la salud.</p> <p>Presento a tiempo y de manera organizada su propio plan de preparación física y/o acondicionamiento físico.</p> <p>Ejecuto responsablemente el plan de preparación física presentado y lo complementa adecuadamente durante el desarrollo de las clases de educación física.</p> <p>Manejo y aplica adecuadamente los conceptos de: Entrenamiento, preparación física, carga, volumen, magnitud, principios de la preparación física, objetivos, duración y frecuencia.</p> <p>Ejecuto el calentamiento adecuado siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>

<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</li> <li>● Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</li> <li>● Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> </ul>
<b>Competencias</b>	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal
<b>Pregunta problematizadora</b>	10° ¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo? 11° ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?

**PERIODO IV**

### EJES DE LOS ESTÁNDARES

Competencia motriz Competencia	Expresiva corporal Competencia	Axiológica corporal competencia
Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.	Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.	Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

COMPETENCIAS	DBA – EVIDENCIAS	CONTENIDOS			
		Conceptuales		Procedimentales	Actitudinales
		EJE TEMATICO	SUBTEMAS		
<p><b>Competencia motriz</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p><b>Competencia expresiva corporal</b> Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p><b>Competencia axiológica corporal</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>	<p><b>GRADO 10°</b></p> <p>PERSONAL Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiables para controlar y evaluar mis</p>	<p>Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.</p> <p>Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.</p>	<p>Identificación de Proyección de sus capacidades corporales a un fin</p> <p>Adecuación del tiempo y el espacio a construcciones corporales Calidad y eficiencia en diseño de movimientos corporales</p> <p>Comparación de diversas prácticas corporales y su significación cultural Construcción de composiciones y organizaciones</p>	<p>Elaboro un montaje que combine danza-representación, determinando coreografía y planimetría.</p> <p>Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física pausa-actividad física, en mi plan de condición física</p> <p>Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos..</p>	<p>Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.</p> <p>Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.</p> <p>Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.</p> <p>Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.</p> <p>Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.</p>

	<p>propios logros en el desarrollo de mi corporalidad.</p> <p><b>SOCIAL</b> Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales.</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b> Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre,</p>		<p>desde los diferentes campos</p> <p>Diseño de prácticas corporales</p> <p>Construye diseños de prácticas corporales capacidades corporales y de su sentido</p> <p>Relación y diferenciación de espacios y tiempos ambientes</p>		
--	---	--	---	--	--

	<p>como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con mis características personales.</p> <p><b>GRADO 11°</b></p> <p>PERSONAL Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud psíquica y física.</p> <p>Incorporo en mis hábitos diarios la practica regular y</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</p> <p>Asumo la educación física como una practica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</p> <p>Utilizo procedimientos técnicos confiable para controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad</p> <p><b>SOCIAL</b></p> <p>Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario</p> <p>Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales</p> <p>Aprecio y aplico los valores de solidaridad, corporación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas</p> <p>Utilizo actividades deportivas como un medio</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>eficaz para relacionarme con diferentes grupos sociales</p> <p><b>PRODUCTIVIDAD</b>          Domino los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos recreativos y de acondicionamiento físico y los aplico en comunidad.</p> <p>Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención de consumo de sustancias psicoactivas.</p> <p>Aplico en comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.</p> <p>Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</p> <p>Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</p> <p>Diseño y llevo a la práctica un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con</p>				
--	--	--	--	--	--

mis características personales.				
---------------------------------	--	--	--	--

**NUCLEO TEMATICO POR GRADO**

GRADO 10°	GRADO 11°
<p><b>FUNDAMENTOS BÁSICOS DE PRIMEROS AUXILIOS</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Primeros auxilios: conceptos generales.</li> <li>2. Signos vitales</li> <li>3. Shock</li> <li>4. Alteraciones de la conciencia.</li> <li>5. Intoxicaciones.</li> <li>6. Lesiones musculoesqueléticas.</li> <li>7. Vendajes e inmovilizaciones.</li> <li>8. Picaduras y mordeduras.</li> <li>9. Botiquín</li> <li>10. Transporte y traslado de lesionados.</li> </ol>	<p><b>ELEMENTOS BÁSICOS DE NUTRICION Y DIETETICA</b>  <b>AMBITO CONCEPTUAL</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Concepto.</li> <li>2. Los alimentos.</li> <li>3. Sustancias nutritivas. 3.1. Proteínas 3.2. Grasas. 3.3. Carbohidratos</li> <li>4. Función de las sustancias nutritivas. 4.1. Función Formadora. 4.2. Función Energética.</li> <li>5. Función Reguladora</li> <li>6. Los minerales 6.1. El calcio 6.2. El fósforo. 6.3. El hierro</li> <li>7. Otros minerales Necesarios.</li> <li>8. las legumbres y frutas</li> <li>9. Alimentos bajos en calorías (Light)</li> </ol>

**INDICADORES POR DESEMPEÑO**

	<b>Conceptuales (Saber)</b>	<b>Procedimentales (Hacer)</b>	<b>Actitudinales (Ser)</b>
	<p>Conocimiento del reglamento de los diversos deportes.</p> <p>Realización de un plan de trabajo físico para su autocuidado.</p> <p>Identificación de los fundamentos técnicos del voleibol.</p>	<p>Planeación y exposición de diversos deportes aplicando los conceptos de organización de eventos deportivos propendiendo por fortalecer la sana convivencia.</p> <p>Reconocimiento y aplicación de los principios básicos de la actividad física interiorizando la importancia de adquirir hábitos de vida</p>	<p>Valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar.</p> <p>Cooperación en las actividades grupales propuestas: asumiendo una actitud positiva.</p>

	<p>Apropiación de los conceptos teóricos del área expuestos durante el periodo.</p>	<p>saludables.</p> <p>Ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol en acciones reales de juego.</p> <p>Realización de actividades para el desarrollo de las capacidades físicas.</p>	
<p><b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 10°</b></p>		<p><b>INDICADORES ESPECIFICOS GRADO 11°</b></p>	
<p>Conceptualizo apropiadamente sobre los primeros auxilios, teniendo en cuenta los que son emergentes y no emergentes.</p> <p>Reconozco los objetivos de los primeros auxilios, lo mismo que las precauciones, normas y procedimientos.</p> <p>Reconozco los pasos necesarios para prestar atención a un paciente.</p> <p>Identifico los signos vitales, síntomas y signos; y la manera de valorarlos.</p> <p>Reconozco la manera de aplicar la reanimación cardio-cerebro-pulmonar; lo mismo que las medidas de prevención.</p> <p>Reconozco los signos, síntomas y causas del shock, los auxilios que deben aplicarse; igualmente conceptualiza sobre las alteraciones de la conciencia, los niveles y estados de conciencia.</p> <p>Conceptualizo apropiadamente sobre las intoxicaciones, las lesiones musculoesqueléticas y los tratamientos adecuados para cada caso.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>		<p>Conceptualizo apropiadamente sobre Nutrición y Dietética, reconociendo lo que es una buena dieta.</p> <p>Reconozco las sustancias nutritivas de los alimentos y su función en el organismo.</p> <p>Identifico los seis grupos de los alimentos, sus componentes y su papel en el organismo.</p> <p>Conceptualizo apropiadamente sobre el proceso de la digestión.</p> <p>Conceptualizo apropiadamente sobre el metabolismo de los carbohidratos, las proteínas, los lípidos, las vitaminas y los minerales.</p> <p>Reconozco la necesidad de mejorar sus hábitos alimenticios, lo mismo que el consumo cuidadoso de algunos alimentos suplementarios.</p> <p>Ejecuto el calentamiento adecuado siguiendo las etapas apropiadas.</p> <p>Ejecuto técnica y tácticamente los pases, el drible, los golpes al balón, los lanzamientos, los saques, las rotaciones, las marcaciones, el doble ritmo, etc.; durante un partido o clase.</p> <p>Manifiesto una buena disciplina de trabajo durante el aprendizaje y ejecución de las actividades propuestas.</p> <p>Muestro una actitud positiva frente a los ejercicios, juegos y otras actividades propuestas.</p>	



## 9. METODOLOGÍA

“Si la actividad que origina el juego no produce interiorización, elaboración, análisis, valoración, etc; se convierte en simple activismo, en repetición más o menos sistemática; pero difícilmente consolidará aprendizajes dotados de significación.”

“El aprendizaje es, pues, un proceso de elaboración. Sólo ésta permite establecer relaciones significativas entre lo ya conocido y los nuevos objetos de aprendizaje. Y es un proceso personal. Los compañeros y profesores ayudan en dicho proceso, pero cada alumno es, en última instancia, responsable de la construcción de su propio conocimiento y del desarrollo de sus capacidades.”

Estas afirmaciones son el punto de partida de la metodología planteada para el desarrollo integral del educando de la Institución Educativa Kennedy que se busca desde el área de educación física. Donde el papel del alumno está vinculado a la construcción de aprendizajes a partir de la participación activa, vivencial y reflexiva; mientras el rol del docente va unido a la actuación como intermediario facilitador orientador entre los contenidos abordados a través del juego la lúdica la recreación etc; y la actividad constructiva que desarrolla el estudiante.

Así podemos plantear que la metodología del área de educación física está enmarcada en el modelo socio-critico desde la cual no solo tomaremos la nomenclatura de Vigosky (1979) donde el profesor” interviene creando zonas de desarrollo próximo para navegar por ellas promoviendo la formación de personas más capaces para la resolución de la situaciones-problema de índole motriz, para el aprendizaje de estrategias de actuación o para el establecimiento de relaciones sociales constructivas.” También complementaremos tomando la perspectiva constructivista desde la relación entre alumnos como potenciales fuentes de aprendizaje desde tres puntos referencia:

- De lo que hace el compañero, resolución conjunta de problemas (Observar, analizar, reelaborar información, imitar) estudiante modelo de aprendizaje
- Distribuyendo responsabilidades, coordinar labores, y adoptar roles (motivación, actitudes, valores medios para la reflexión de cómo actuar)
- Confrontar puntos de vista, la discrepancia al desarrollar diversas situaciones, donde la argumentación se vuelve un gran elemento para el aprendizaje (dialogar resolver conflictos)

En el desarrollo de esta implementación es importante acompañar cada experiencia de un clima que genere aceptación, colaboración, respeto mutuo, y apoyo entre los alumnos. Desde una metodología que a la vez se complementa al promover estructuras cooperativas, la comunicación intra-grupal, el feedback entre iguales, la observación, la información y explicación sobre los aspectos relevantes, la pregunta, favorezcan el ambiente de clase y los aprendizajes significativos. (Pieron, 1988; Le Boulch, 1991; Mosston, 1978)

De acuerdo con el Sistema Institucional de evaluación, al inicio de cada período el docente del área socializará con los estudiantes la metodología de evaluación, las competencias a trabajar y los niveles que se espera alcancen en estas, y que se encontrarán por grados en el presente plan. Asimismo, cada clase debe contener los momentos establecidos en el formato de Plan de aula que ha generado la institución para la organización de planeaciones de los docentes, así:



- **Momento de exploración:** En el que se parte del contexto de los estudiantes para enganchar el nuevo saber y se da a conocer el objetivo de las actividades. Se parte de temas de interés, juegos, actividades de calentamiento cognitivo y físico, resolución de situaciones problema.
- **Momento de estructuración y práctica:** Es la conceptualización, modelación del concepto y práctica del mismo, a la vez que se verifica el aprendizaje por parte del estudiante. En esta etapa se promueve la instrucción directa, la enseñanza recíproca en la que los estudiantes aprenden y corrigen sus ejecuciones a partir de la observación de sus pares, actividades grupales,
- **Momento de transferencia y cierre:** Es cuando se verifica el alcance de los objetivos planteados y se permiten reflexiones sobre lo aprendido con los estudiantes. En esta etapa desde el área se tiene en cuenta que la evaluación es permanente y se da en cada momento del desarrollo de las actividades escolares.

## 10. RECURSOS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE

**10.1** Humanos: Docentes especializados y encargados en el área.

**10.2** Físicos: Cuerdas, colchonetas, bastones, aros, balones y pelotas de fundamentación de diferentes deportes (Se anexa lista de implementos deportivos solicitados en 2,016 y que cuando se entregaron en 2019, se distribuyeron equitativamente en las sedes).

	IMPLEMENTOS DEPORTIVO
<b>CANTIDAD</b>	
12	TULA BALONERA CAPACIDAD6 BALONES INFLADOS
20	AGUJAS PARA ECHAR AIRE A LOS BALONES
100	ARO REDONDO MANGUERA
40	VOLEIBOL MOLTEN
80	MINIKID GOLTY VOLEIBOL FOMY
40	BALONES DE BALONMANO
30	MINIKID DE BALONCESTO N°5 MOLTEN
40	CONO ALTOS CON ORIFICIOS
20	CRONOMETROS



280	PELOTAS DE BALONCESTO PARA FUNDAMENTACIÓN
	PELOTAS DE FUNDAMENTACION EN DIFERENTES MOTIVOS VOLEIBOL FUTBOL
40	AJEDRES LONA
40	DOMINO EN MARFIL
20	ROMPECABEZAS GRANDE
20	UNO
5	JUEGO DE CARTAS
3	RANA EN MADERA PORTABLE
3	MALLA DE VOLEIBOL
300	MANILA LAZO PARA SALTAR
1	MANTENIMIENTO DE TABLERO DE BALONCESTO
1	GALON DE PINTURA PARA DEMARCACION DE CANCHAS
40	PETOS
20	PITOS
5	ESCALERAS DE AGILIDAD Y COORDINACIÓN
6	TABLAS DE APOYO
6	TARJETAS DE JUEGO
60	BALON GOLTY PROFESIONAL CUERO
	MICROFUTBOL60-62
20	BALONES MINI KIDS GOLTY

#### 11. INTENSIDAD HORARIA.

GRUPO	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	PRIMER PERIODO	SEGUNDO PERIODO	TERCER PERIODO	CUARTO PERIODO	TOTAL
PRIMERO	2	20	20	20	20	80

<b>SEGUNDO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>TERCERO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>CUARTO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>QUINTO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>SEXTO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>SÉPTIMO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>OCTAVO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>NOVENO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>DÉCIMO</b>	2	20	20	20	20	80
<b>ONCE</b>	2	20	20	20	20	80

## 12. EVALUACIÓN

La evaluación desde el área de educación física estará orientada según los valores establecidos a partir del sistema de evaluación institucional SIEPE.

Componente Actitudinal 15%

Autoevaluación 5 %

Coevaluación 5 %

Componente Conceptual 25%

Componente Procedimental 25%

Componente Pruebas o Prueba de Período 25%



ESCALA VALORATIVA	
NACIONAL	INSTITUCIONAL
Desempeño Superior	4,6 – 5,0
Desempeño Alto	4,0 – 4,5
Desempeño Básico	3,5 – 3,9
Desempeño Bajo	1,0 – 3,4

Asimismo en el área, la evaluación se tomará desde el postulado de Blázquez (1990) donde la evaluación es “un nuevo concepto de evaluación basado en la necesidad de cuidar más los aspectos formativos, capacitar a los alumnos para aprender por sí mismos y adecuar los planes y programas a situaciones significativas capaces de asegurar el progresos individual y de grupo”. Y Coll (1991) define la evaluación como el conjunto de actuaciones mediante las cuales es posible ajustar progresivamente las ayudas pedagógicas a las características y necesidades de los alumnos y determinar si se han cumplido o no y hasta qué punto las intenciones educativas están en la base de dicha ayuda pedagógica.

Por consiguiente, la evaluación desde el área de educación física tendrá instrumentos que permitan la observación en contexto (medios de anotación no estructurados y semi-estructurados) desde una evaluación formativa y además de pruebas estructuradas (ludogramas, test socio métricos, etc.) durante la evaluación sumativa.

Así tomaremos la evaluación en tres momentos evaluación diagnostica se sitúa al principio como punto de partida, en el proceso enseñanza aprendizaje, la evaluación formativa durante el proceso dándonos información sobre la orientación que deben tomar las actividades lúdicas como medio de desarrollo de las capacidades, y la evaluación sumativa, al final del proceso informándonos de los resultados obtenidos.

Por lo tanto, la evaluación será un proceso integral, continuo, en contexto y en relación con los diferentes ritmos de aprendizaje.

Parámetros:

- **Evaluación diagnostica:** test, entrevistas, dialogo, conversatorio
- **Evaluación formativa:** observación directa trabajo de clase, desarrollo y solución de situaciones problemas, actividades prácticas, consultas trabajo teórico, participación en clase, responsabilidades académicas tareas,
- **Evaluación sumativa:** test, pruebas, autoevaluación, coevaluación, evaluación diagnostica, evaluación formativa.



### **13. FLEXIBILIZACIÓN CURRICULAR PARA ESTUDIANTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES Y TALENTOS**

Las adecuaciones curriculares son el conjunto de modificaciones que nos permiten realizar en los contenidos indicadores de logros actividades metodología y evaluación para atender a las dificultades que se le presentan a los niños y niñas en el contexto que se desenvuelve.

El juego es el medio más fácil de integrar a un alumno con esta discapacidad motora, y de forma más efectiva a través de juegos cooperativos.

Los juegos de competitivos y de iniciación deportiva marcan más la diferencia con los demás, es decir es más complicado realizar propuestas de integración o de adaptación.

Las adecuaciones curriculares para estudiantes con NEE se realizaran a partir de la participación activa en los diferentes juegos, dinámicas, situaciones problemas etc. Desde la misma asignación de roles dentro de cada una de ellas, según las características de los estudiantes, modificar y variar los niveles de exigencia.

A través del trabajo grupal cooperativo en el cual se sustenta la metodología del área se permitirá que los estudiantes participen en las diferentes acciones y noten el apoyo de los compañeros y profesores realizando las secuencia y solución de problemas a sus ritmos.

Asignación de tareas diferentes en clase para suplir la participación en diferentes actividades en las que no se presente la posibilidad de participación.

La misma adaptación curricular en muchos casos en el área de educación física es tratar a los estudiantes y permitirlos que realicen las propuestas de clase como todos los demás estudiantes estos les permite sentirse incluidos y tratados de manera adecuada e integrados a la vida escolar.

Los materiales que se utilicen con estos alumnos deben estar adaptados, prácticamente en la misma medida que con cualquier otro niño en edad escolar.

El uso de material multifuncional o polivalente facilita la actividad de todos los alumnos.

Se favorece la integración afectivo-social si el alumno participa en el mayor número de actividades que se le presentan al resto de los niños de la clase, pero también hemos de ser conscientes de que no siempre es posible, o al menos que a nosotros no se nos ocurren otras alternativas.

Los apoyos manuales se hacen indispensables en muchas ocasiones, a veces hemos de sujetar al niño para que éste pueda realizar determinados movimientos

A la hora de organizar agrupamientos, para favorecer el aprendizaje podremos utilizar estrategias de igualación (crear un déficit en el otro equipo) o por compensación (en el equipo del déficit hay más o menos jugadores, al alumno con NEE se le da ventaja).

En algunos momentos el alumno deberá realizar una actividad paralela porque es muy complicado integrarlo con los demás, especialmente en aquellas que requiera uso de las piernas, como por ejemplo saltar

### 13.1 Actividades De Apoyo Para Estudiantes Con Dificultades En Su Proceso De Aprendizaje

Nivelación	Apoyo	Superación	Profundización
<p>Estas estrategias se proponen para los estudiantes que son promovidos anticipadamente y para los que llegan a la institución de forma extemporánea. Estos pueden incluir:</p> <p>En caso de venir de una institución, presentar notas del periodo anterior o notas parciales.</p> <p>Y realizar test de la temática del periodo al que llega.</p> <p>En caso de no traer notas debe: Realizar test físico relacionado con la temática del periodo anterior al que llega al igual del periodo actual.</p> <p>Presentar plan de apoyo y mejoramiento del periodo anterior y/o consulta escrita y sustentación oral, practica de las temáticas .observadas en estos periodos.</p>	<p>Estas estrategias se proponen para los estudiantes que al finalizar el periodo NO cumplieron de manera satisfactoria las metas propuestas.</p> <p>Para este caso se deben diseñar y ejecutar planes que les permitan superar sus dificultades en el área. Se sugiere lo siguiente:</p> <p>Criterio: Aquel estudiante que presente poca evolución u desarrollo al ejecutar los movimientos de algunas de las habilidades motrices básicas tales como: caminar, correr, saltar, giros, recepción, lanzar, rectar etc. Debe pasar por este proceso. Procedimiento: se orienta al estudiante con ejercicios que le ayuden a potencializar el movimiento o la técnica que esté realizando de manera errónea, repitiendo varias veces las actividades con</p>	<p>Estas estrategias se proponen para los estudiantes que al finalizar el año escolar presentan dificultades en el desarrollo de competencias en el área.</p> <p>Para este caso, se deben diseñar y ejecutar planes que les permitan superar sus dificultades en el área. Se sugiere lo siguiente:</p> <p>Criterio: si el alumno no asistió a clase o tubo algún inconveniente disciplinario</p> <p>Procedimiento: se le explica al estudiante como se ejecuta correctamente el movimiento u ejercicio que lo practique varias veces y cuando se sienta listo que ya esté preparado se evaluara</p> <p>Frecuencia: se puede recuperar varias veces, si el estudiante en la primera vez creyó que lo lograría y falla puede seguir practicando en la</p>	<p>Estas estrategias se proponen para los estudiantes que al finalizar el periodo cumplieron de manera satisfactoria las metas propuestas.</p> <p>Para este caso, se deben diseñar y ejecutar planes de profundización que permitan potenciar sus habilidades. Se sugiere lo siguiente:</p> <p>Criterio: se invita a los estudiantes a que participen en las clases extracurriculares para que potencialicen sus capacidades físicas y motrices y también que en su tiempo libre trate de ejecutar algunos ejercicios vistos en clase.</p> <p>Procedimiento: realizar ejercicios de saltos en la cuerda, ejercicios de desplazamiento, lanzar y atrapar una pelota etc.</p> <p>Frecuencia: 1 ves a la semana</p> <p>Actividad complementaria</p>

	<p>una postura y un gesto técnico adecuado hasta que el niño sea conciente de cómo se ejecuta la actividad de manera correcta y lo realice de manera armónica u voluntaria el docente siempre debe estar acompañándolo y dándole las correcciones respectivas Frecuencia: 2 veces a la semana</p> <p>Actividad complementaria</p> <p>El estudiante deberá dirigirse al docente del área, reclamar el plan de apoyo y mejoramiento para realizar la sustentación oral escrita y practica en las fechas asignadas durante las clases.</p> <p>Acompañamiento familiar en el proceso</p>	<p>clase o en su casa hasta que se sienta seguro y lo logre</p> <p>Actividad complementaria</p> <p>Realizar los planes de mejoramiento diseñados por el docente para fortalecer las temáticas en las cuales se nota falencia, sustentar estas temáticas de manera oral, escrita y práctica en las fechas propuestas.</p> <p>Acompañamiento familiar en el proceso</p>	<p>ologos con los padres sugerir la participación en prácticas deportivas orientadas por el INDER en las cuales se permita explorar y potencializar las habilidades y destrezas que manifiesta.</p> <p>pañamiento familiar en el proceso</p>
--	--	---	--

#### 14. ARTICULACIÓN CON PROYECTOS TRANSVERSALES

El área de educación física, recreación y deporte permite realizar una articulación especial con los proyectos curriculares en la Institución Educativa por su carácter integrador. Así, esta propuesta plantea una relación de transversalidad de los estándares con dimensiones como la salud, la sexualidad y el medio ambiente, lo cual permite que el maestro genere propuestas pedagógicas y didácticas alrededor de estos elementos, promoviendo la integración curricular

#### Proyectos Integrados:



- Tiempo Libre (Free Time)
- Educación Sexual
- Convivencia
- Afrocolombianidad
- CEPAD-PRAE

## 15. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

- Constitución política colombiana (1991). Asamblea Nacional Constituyente, Bogotá, Colombia, 6 de Julio de 1991.
- Ley General de Educación (1994). Congreso de la Republica de Colombia, 8 de febrero de 1991.
- Ley 181 (1995). Congreso de la Republica de Colombia, 18 de enero de 1995.
- Ley 934 (2004). Congreso de la Republica de Colombia, 30 de diciembre de 2004.
- Expedición Currículo. El Plan de Área de Educación Física, Recreación y Deportes. Alcaldía de Medellín, 2014.
- Expedición currículo. Plan de área de educación física recreación y deportes. Mova Documento No. 11. El plan de área de Educación Física, Recreación y Deportes © 2014, Alcaldía de Medellín © 2014, Secretaría de Educación
- EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 1, Num. 1(noviembre-diciembre 2009) ISSN: 1989-8304 Depósito Legal: J 864-2009 19
- Orientaciones Pedagógicas Para La educación Física, recreación y deporte. Documento N° 15 Ministerio de Educación nacional. 2.010.
- Marco General: Programas curriculares de educación física, recreación y deporte. Básica secundaria y media vocacional. Ministerio de Educación Nacional.
- Documento: Dimensiones de desarrollo humano. 1995.
- Documento: Dimensión corporal. 1996
- Documento: El salto educativo, MEN, Bogotá: 1.996.
- Documento Plan Decenal de Educación, Bogotá: 1996.
- Hacia la fundamentación de los Indicadores de Logro, Bogotá: 1998.
- El currículo en Colombia, Bogotá: 1994
- Web: <https://glosarios.servidor-alicante.com>