



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
LA SIERRA**

**PLAN DE ÁREA  
INGLÉS**



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## TABLA DE CONTENIDO

1. Presentación del área.....	3
2. Justificación.....	3
3. Contexto.....	4
4. Diagnostico	4
5. Marco Legal4	
6. Referente teórico	5,6
7. Enfoque teórico.....	7-10
8. Perfil del Educando .....	11
9. Ejes generadores.....	11
Misión.....	11
Visión.....	11
10. Fines.....	12,13
Aporte del área a los objetivos comunes a todos los niveles.....	14,15
11. Aporte del área a los objetivos generales a la educación básica.....	15
12. Aporte del área a los objetivos por ciclos.....	16
13. Objetivo general del área.....	17
Objetivos específicos por grados.....	17,18
Estándares.....	18-28
14. Mallas.....	29-105
15. Estrategias.....	106-108
16. Metodología del área.....	109-110
Recursos.....	110
Criterios de evaluación del área.....	111



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

Planes de apoyo para estudiantes con dificultades.....	112.
Bibliografía.....	113





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

## 1. Contexto

Desde el año 2016, el equipo docente y administrativo del Colegio Maestro La Sierra se dio a la tarea de recontextualizar los componentes curriculares de su propuesta educativa, de acuerdo con los LINEAMIENTOS CURRICULARES, DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE y los ESTÁNDARES BÁSICOS publicados por El Ministerio de Educación Nacional que deben lograr todas las instituciones en educación básica y media.

En este trabajo colectivo se determinó construir una matriz de contenidos para su plan de área de lengua extranjera: inglés, conformada por los siguientes elementos:

- ◆ Procesos básicos que orientan los estándares del MEN.
- ◆ Estándares.
- ◆ Objetivo específico de cada proceso básico.
- ◆ Pregunta problematizadora.
- ◆ Logros
- ◆ Indicadores de logros o desempeño.
- ◆ Competencias.
- ◆ Procesos que evidencian los estándares.
- ◆ Ámbitos conceptuales.
- ◆ Período en el cual se trabajará al estándar.

Los procesos básicos orientadores de los componentes curriculares para la lengua extranjera: inglés, según lo propuesto por el MEN en los lineamientos curriculares son:

1. GRAMÁTICA
2. DISCURSO ORAL Y ESCUCHA
3. LECTURA
4. PRODUCCIÓN TEXTUAL

La Institución Educativa La Sierra, es una Institución de carácter oficial, ubicada en la vereda Media Luna, comuna 8 Villa Hermosa, está situada al nororiente del Valle de Aburrá y hace parte del Área Metropolitana en el departamento de Antioquia, república de Colombia.

Los estudiantes son provenientes de núcleos familiares extensos en su mayoría, algunos pertenecientes a familias cuya actividad económica está basada en el trabajo informal desempeñada por mujeres cabezas de hogar; sólo un pequeño porcentaje viven en familias nucleares (padres e hijos). La estratificación del sector está comprendida entre los niveles 0, 1y2



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 2. Estado del área

Es en el niño donde los padres y educadores deben poner todos los instrumentos de expresión creativa, para que se proyecten plenamente al futuro.

Se debe actuar sobre estos sujetos-objetos de la práctica pedagógica dirigiéndose al desarrollo de las habilidades comunicativas escuchar, hablar, leer y escribir, ya que la comunicación en cualquier idioma es prioritaria en el ambiente social del estudiante.

El lenguaje debe ser significativo para el niño, debe partir de sus necesidades, gustos e intereses, con objetivos claros que apunten a desarrollar las cuatro habilidades básicas para comunicarse con el mundo sin problemas.

En la actualidad cuenta con 1.322 estudiantes, los cuales se encuentran en 39 grupos escolares distribuidos de la siguiente manera 612 en la Sede Villa Turbay con 17 grupos de Básica Primaria 1 de Aceleración y 2 Procesos Básicos; 710 estudiantes en la Institución Educativa La Sierra con 17 grupos de Bachillerato y 2 de Transición para un total de 19 grupos, con una cobertura desde Transición hasta la Media Vocacional (grado 11º).

Así queremos ver crecer nuestra institución y comunidad, recordando que si unidos soñamos, grandes metas alcanzaremos, formando ciudadanos de bien y conviviendo en una sociedad con valores que servirán de soporte para un mejor mañana.

En cuanto a nuestra institución, podríamos agregar que falta motivación y constancia en el desarrollo de las cuatro habilidades en los estudiantes ya que En primaria se les ve la motivación o interés a un 60% por escuchar el idioma extranjero a si no entiendan.

En bachillerato se les ve la motivación e interés a un 60% por desarrollar las actividades escritas, observando algo negativo que tanto en primaria como en bachillerato no manejan el idioma extranjero acordes a su nivel educativo. En bachillerato cuando se les habla en inglés paran al profesor por que no entienden, la mayoría muestran un alto nivel de desinterés hacia el Área.

El área de idioma extranjero inglés de la Institución apunta al modelo pedagógico "social Desarrollista", dado que es el estudiante el que forma su propio saber a través del análisis y la concientización de su interacción con el mundo que lo rodea, buscando dar respuesta a las necesidades, intereses, problemas personales, familiares y comunitarios.

También es de vital importancia para el idioma extranjero la formación integral del estudiante ya que le permite interactuar con sus semejantes creando condiciones necesarias para acciones que le permitan la relación sujeto objeto, a través de espacios de enseñanza - aprendizaje, la solución a los problemas del entorno, promoviendo la capacidad crítica reflexiva y analítica mediante el aprendizaje en equipo, colaborativo y con una metodología experimental permitiendo así la evidenciarían de sus propios aprendizaje con la intervención en proyectos institucionales y de carácter comunitario.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 3. Justificación

En Colombia, durante los últimos dos décadas, se viene notando un alto grado de interés en torno al tema del bilingüismo y de la educación bilingüe en general, debido a dos eventos trascendentales. En primer lugar, la política de apertura económica: su auge desde el comienzo de los años noventa ha implicado por una parte, un vuelco completo en las relaciones de Colombia con el resto del mundo y por otra, la valoración de las lenguas extranjeras, en particular el inglés como idioma internacional. En segundo lugar, esta política recibió respaldo con el reconocimiento explícito que se hizo en la constitución de 1991 de Colombia como una nación multilingüe y pluricultural.

Los resultados de estos desarrollos se han evidenciado en el campo de la educación, específicamente a través de la Ley de la Educación (1994) que se refirió a la "adquisición de elementos de conversación y de lectura al menos en una lengua extranjera" (Artículo 21) como uno de los propósitos de la educación básica primaria. El subsiguiente Plan Decenal para la Educación, lanzado a principios de 1996 en Cali, impulsó el programa de inglés como lengua extranjera, llamado popularmente "educación bilingüe", en 231 escuelas y colegios oficiales de la ciudad, a partir de septiembre, 1996.

Como resultado de esta iniciativa, el Ministerio de Educación (M.E.N) anunció, en 1997, la apertura del "Programa Nacional de Bilingüismo", destinado a expandir el conocimiento del inglés por parte de alumnos en el sector oficial en todo el país. Esta iniciativa fue retomada en 2004 por el Ministerio, y proyectada hacia la meta de,

"Tener ciudadanos y ciudadanas capaces de comunicarse en inglés, con estándares internacionalmente comparables, de tal forma que se inserten al país en los procesos de comunicación universal, en la economía global y la apertura cultural" (Presentación M.E.N., 2005)

El dominio de lenguas internacionales, particularmente el inglés, es cada vez más importante en el contexto actual de la globalización de la economía y las nuevas exigencias en las relaciones multilaterales. No solamente permite el acceso de los investigadores y profesionales colombianos a nuevos avances científicos, tecnológicos y socioculturales, sino que facilita la proyección de los conocimientos desarrollados en el ámbito regional y nacional hacia la comunidad científica y tecnológica internacional, por medio de contactos a través del Internet, intercambios académicos y profesionales, y la formación de redes de académicos e industriales a nivel internacional. Esto contribuirá al logro equilibrado de un desarrollo científico y social sostenido para el país.

Como consecuencia, muchos colegios en Colombia, que se podrían catalogar como monolingües, son conscientes de la necesidad de responder a las exigencias actuales de estos cambios, y por lo mismo quieren ofrecer a sus estudiantes un programa de educación bilingüe. Ven las ventajas que una educación de esta naturaleza puede proporcionar a sus egresados a nivel individual - una buena preparación para una carrera universitaria a nivel nacional o internacional, mayor acceso a mejores oportunidades laborales, un conocimiento más amplio del mundo, mejores posibilidades de acceso a la información y una mayor movilidad para viajar y trabajar en el exterior.

Estas ventajas, de tipo instrumental, se enmarcan dentro de una visión pluralista del mundo, que implica un reconocimiento y una valoración de la diversidad lingüística y cultural, para que una nueva generación de ciudadanos colombianos, sean conscientes de la necesidad de "mantener un sano equilibrio entre apertura al pluralismo universal y respeto a los valores autóctonos" (Morales, 1996: 41).

Desde la promulgación de la Ley de Educación en 1994, el Ministerio de Educación Nacional (M.E.N.) ha expedido varios documentos y pronunciamientos en relación con la implementación de las nuevas políticas en el sistema

Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

educativo colombiano (los indicadores de logros, Res. 2343 de 1996; los lineamientos de lengua castellana, 1998; 7 los lineamientos curriculares para idiomas extranjeros, 1999, entre otros). Sin embargo, los pronunciamientos oficiales, siempre han manejado en forma separada las consideraciones que se refieren a enseñanza la lengua materna, de una parte, y aquellas que se refieren a lenguas extranjeras enseñadas en los colegios colombianos, de otra.

Desde hace algún tiempo, algunos investigadores (de Mejía et al. 2001; de Mejía, 2005; Clavijo, 2004) que han estado trabajando en el campo del bilingüismo y de la educación bilingüe en Colombia, han sido conscientes de la importancia de considerar el bilingüismo como un fenómeno de desarrollo integrado de dos o más lenguas. Como consecuencia de ello, se ha visto en la urgencia de formular lineamientos para políticas bilingües nacionales con base en estudios empíricos, a fin de asegurar un nivel de homogeneidad en un campo altamente heterogéneo, y para ayudar a los colegios bilingües, y a aquellos que están en proceso de volverse bilingües, a entender los procesos bilingües en más profundidad y, como por lo mismo, a evitar los problemas más frecuentes encontrados en el camino hacia el bilingüismo.

El Programa Nacional de Bilingüismo (2004-2010) ha focalizado, de manera directa, la atención de las autoridades educativas, los profesores, directivos, padres de familia e investigadores sobre la problemática del bilingüismo y de la educación bilingüe a nivel nacional. Sin embargo, no existen documentos oficiales que presenten lineamientos sobre esta modalidad educativa en Colombia.

En este contexto, el presente estudio de investigación a nivel nacional, indaga acerca de las políticas y prácticas institucionales que caracterizan tanto los colegios bilingües, como los colegios que han adoptado una modalidad de intensificación lingüística en el país. Dicho estudio permitirá, posteriormente, establecer lineamientos para formular políticas bilingües y multilingües coherentes para este tipo de provisión educativa.

Estas políticas han de reflejar los avances recientes en este campo, tanto a nivel nacional como internacional, y estarán sujetas a modificaciones según los factores contextuales inherentes a las situaciones específicas. Por lo tanto, han de funcionar más como lineamientos flexibles que como reglas rígidas. Tienen la ventaja de asegurar un nivel de homogeneidad en un campo altamente heterogéneo y ayudarán a los colegios a evitar los problemas más frecuentes relacionados con el uso lingüístico bilingüe y la pedagogía bilingüe.

## 3.1 Enfoque del área para su desarrollo (corriente) pedagógico

EL APRENDIZAJE DE LA SEGUNDA LENGUA. NUEVOS DESARROLLOS - NUEVOS PLANTEAMIENTOS

**En la búsqueda de un método eficaz para la enseñanza de un idioma como segunda lengua, se han gestado muchas investigaciones que han generado un sinnúmero de enfoques metodológicos que han aportado, en su momento, solución a las necesidades de aprendizaje de la época. Es así como hemos recorrido enfoques como el gramatical, nocional, funcional, directo, audio lingual y comunicativo.**

En la actualidad el método comunicativo es un enfoque que propone unas estrategias metodológicas que apuntan al aprendizaje integral de la lengua en una sociedad globalizante en la cual, el dominio de varias lenguas puede permitir una mejor ubicación social y laboral. Por otra parte el gran auge de la informática y las comunicaciones han hecho de las herramientas interactivas un método ampliamente aceptado para el aprendizaje de una segunda lengua.

En esta continua búsqueda se ha podido evidenciar las bondades del aprendizaje de una lengua extranjera. De las cuales se resaltan las siguientes:

Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

- El aprendizaje de una lengua extranjera desde temprana edad puede ser muy provechoso para el estudiante. Este cuenta con grandes potencialidades, cualquier juego se convierte en situaciones reales de comunicación, repite sonidos con gran precisión y tiene una gran plasticidad cerebral.
- Experiencias que demuestran que el aprendizaje simultáneo de varias lenguas facilita la adquisición de otros aprendizajes y el intercambio cultural.
- El individuo aumenta la capacidad de comparación de su sistema lingüístico con los de otras lenguas y, por lo tanto, hay un aumento en la capacidad de admisión de la posibilidad de equivocarse.
- Ha aumentado la aceptación de la diversidad lingüística y cultural en las comunidades que poseen varias lenguas en su ambiente natural.
- El individuo percibe que la lengua se adquiere por el uso: académico, escolar y social.

Sin embargo existe conciencia de que ningún método en particular garantiza por sí solo el aprendizaje de un idioma extranjero y que el continuo proceso de investigación cada día estará brindando nuevas estrategias que permitan la aprehensión más eficaz de la segunda lengua.

## DESARROLLO DE LOS PROCESOS INTERLINGUAL E INTERCULTURAL

El aprendizaje de una segunda lengua se debe lograr gracias a un proceso gradual y organizado, en el cual se conocen estadios que permiten la adquisición de la segunda lengua, cada lengua con su proceso adecuado y ligado a su cultura.

### APRENDIZAJE DE UNA SEGUNDA LENGUA

Está comprobado desde un sinnúmero de perspectivas que el adoptar y aprender una segunda lengua en nuestras instituciones es un reto eficazmente posible, pues impartida y aprendida desde sus inicios escolares (preescolar – undécimo) generan inquietudes transformadoras que terminan la asimilación y adquisición de nuevos conocimientos, no obstante se han detectado pequeñas falencias que por supuesto son complejas y pequeñas y por ser como son debemos ser gráciles en la mediación para su pronta solución.

Es importante trabajar el aprendizaje de una segunda lengua alternándola con la materna. En España estudios y pruebas recientes dejaron al descubierto que si a la educación se le combina la enseñanza de una tercera lengua las cosas serían más fáciles en aspectos de comprensión lingüística. La comunicación y sus procesos serían más óptimos y dinámicos por toda la comunidad hablante, trayendo consigo un desarrollo ejemplar en todas las actividades y programas. En el área de humanidades y en especial lengua extranjera se vislumbran maravillas para la globalización del pensamiento y el conocimiento, por supuesto se encontrarán limitantes las que a su vez tendrán, porque no, las orientaciones para que su efecto no obstruya la consecución de las propuestas.

Murcia en sus notas nos ha dejado las inquietudes más contundentes, para sentarnos a replantear nuestro proceso de enseñanza y más exactamente (el estudio y comprensión del inglés). Es fundamental el contexto como referente, ya que nos pone de relieve y frente cada una de las acciones que el joven estudiante realiza (su que hacer escolar); dejemos entonces que el ejercicio de nuestra práctica educativa, las nuevas políticas educativas, los ejes curriculares, logros y las peticiones de la Ley General de Educación y sus distintos decretos nos conduzcan por los verdaderos senderos que hagan factible nuestro trabajo con los jóvenes del nuevo milenio.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

Concluimos entonces, que se hace indispensable y urgente encontrar a mediano plazo los mecanismos que demostrarán que tomando todos estos elementos que nos destacan y enumeran los conoedores en educación y la enseñanza; podremos decir que no en vano nuestra labor y en éste caso el manejo de una segunda lengua "inglés" está verdaderamente encausada, y por su puesto arrojando los resultados esperados, revestidos en cada uno de los estudiantes y puestos en práctica en todo momento. No podemos dejar que el excepcionismo colme nuestros cerebros y el de la comunidad educativa.

## DESARROLLO INTERLINGUAL

Se refiere a todo proceso por el que debe pasar quien está aprendiendo la lengua extranjera para ser capaz de hablarla tan bien o casi tan bien como un hablante nativo.

Este proceso consiste en pasar por estadios evolutivos de la misma forma que ocurre en la adquisición de la lengua materna.

- Período silencioso: se caracteriza porque el aprendiz no puede decir casi nada, sólo palabras sueltas (mother) y frases hechas (I don't know) pero no es capaz de producir frases espontáneamente. Necesita información y datos (input).
- Estadio presintáctico: en este período se presentan los primeros intentos de construir frases, aparecen estructuras: sujeto = I, verbo=am eating, objeto=apple. Y también formas rudimentarias de negación de aquellos que se quiere negar ( do not like), pasa mucho tiempo antes de que aparezca la morfosintaxis propiamente dicha.
- Período sintáctico: empieza a aparecer sistemáticamente las primeras formas de pasado (yesterday i go / went to school) y las primeras formas interrogativas (where you go). Aparecen también las proposiciones y los artículos (Paul is in the car. They came from class). También negaciones (Mary can't do it. They didn't like to travel).

En el desarrollo interlingual el cerebro organiza el input (organización y comprensión del lenguaje recibido) para poder llegar a el output (expresión espontánea a través de la interacción) (mecanismos de producción del habla).

Así los conocimientos adquiridos pueden ampliarse en una conversación y el hablante no necesita pensar para hacerlo al igual que ocurre en la lengua materna. Al expresarse de manera fluida usa mecanismos subconscientes.

Estos estadios no son exactamente seguidos por todos los individuos (variación individual) porque hay factores que hacen que no todos los individuos sigan el mismo camino.

De esta manera unas personas avanzan rápido y otras más lentamente. Son causa de variación individual factores de tipo psicológico, sociológico, estilo cognitivo. Personalidad, tendencia mayor o menor de aceptación de la norma entre otras.

## INPUT COMPRENSIBLE

Con base en algunos estudios y teorías que afirman que se requiere contar con una competencia desarrollada en lengua materna antes de iniciar el estudio de otra lengua, así como otros que por el contrario plantean el aprendizaje de una segunda lengua de manera natural, podemos concluir atendiendo también a nuestra propia experiencia que el manejo de una nueva lengua y su aprendizaje requiere siempre de estrategias de adquisición y



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

una metodología que motive al alumno porque parte de sus intereses, buscando siempre la producción natural, claro está, sin desatender la importancia que tiene el conocimiento adecuado de la lengua materna, ya que si el estudiante está familiarizado con las estructuras y reglas de la primera lengua se le facilitará estructurar la segunda lengua, después de que esta haya fluido natural y paulatinamente.

Es menester resaltar un aspecto muy importante del texto donde se plantea que "la comprensión permite la producción" por tanto en el aula, deberá facilitarse la expresión espontánea y significativa sin limitarnos a preguntas que adelantan la respuesta esperada, claro está sin abandonar tampoco el ejercicio mecánico que ayuda a estructurar el aspecto gramatical y lexical, pues se requiere procesamiento, organización y tiempo para que el alumno pueda expresar aquello que es capaz de comprender.

La comunicación se facilita o dificulta dependiendo de diversas situaciones, es claro entonces que un niño se comunica mejor con otro niño, de ahí la necesidad de pensar en las diferencias de cada individuo, su ritmo e intereses, tal como se referenció antes.

## DESARROLLO INTERCULTURAL

En la ampliación de la competencia comunicativa de la lengua extranjera hay dos factores determinantes el FACTOR INTERNO: Establecido por el conocimiento y la adaptación que el hombre tiene de su lengua y cultura frente a otros; y el FACTOR EXTERNO: Establecido por las acciones entre lenguas y culturas determinando variedades apropiadas para la comunicación.

Ambos factores inciden en el aspecto cognitivo y afectivo, los cuales se reflejan en lo vivencial y se muestran en la cantidad y calidad de la producción del lenguaje social. El ASPECTO COGNITIVO cobija procesos de pensamiento como la conceptualización, la organización y la transmisión del conocimiento, así como la relación de estos con aspectos lingüísticos. El ASPECTO AFECTIVO hace referencia a las actitudes creencias y valores que determinan el comportamiento lingüístico del individuo a nivel social, teniendo en cuenta las diferencias y los valores sociales de los hablantes.

Mientras se profundiza e intercambian conocimientos y creencias acerca de la lengua y hablantes se van variando aspectos cognitivos y afectivos que se tienen de la propia lengua y a su vez de la extranjera en esta última escoger modos y variedades pasa a ser un acto conciente y falto de espontaneidad motivo por el cual su uso es esporádico y no natural, lo que no ocurre con la lengua materna.

Cuando el uso de la lengua se desprende de un contexto que propicia condiciones para interactuar en ella y se van incorporando contextos de una segunda lengua habrá una interacción más genuina de esta última. Se razona que el sujeto que conoce dos (2) lenguas al entablar comunicación con un hablante de una segunda lengua no aísla su cultura de la este, pues aunque sus raíces son propias de su cultura esta abierto al mundo y sabe observar lo ajeno desde lo propio para así interactuar con el exterior desarrollando una mayor comprensión, tolerancia y valoración de otras identidades culturales obteniendo así más autovaloración y autoafirmación contribuyendo al desarrollo de una segunda lengua.

## CONCEPTO DE INTERCULTURALIDAD

Siempre que se propone un trabajo entre culturas existe desigualdad de condiciones al igual que falta más equilibrio y equidad entre una lengua materna y una lengua extranjera, sin embargo hay en el mundo encuentros interétnicos e interculturales enriquecedores en cuanto a interculturalidad dadas por diferentes autores. Se quiere entonces que a nivel de currículo se trabaje de modo integrado promoviendo así todas las manifestaciones culturales tanto su desarrollo y aportes que son constantes.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## LA COMPETENCIA COMUNICATIVA EN EL APRENDIZAJE DE UN IDIOMA EXTRANJERO.

El idioma extranjero como la lengua materna (español) es un instrumento para la adquisición de conocimientos y para ampliar el horizonte cultural que afiance al alumno en sus posibilidades de alcanzar nuevas metas.

Se debe aprovechar el aprendizaje de un idioma extranjero para incentivar la autoestima, la confianza en si mismo, el contacto con otras culturas que a su vez lo saca del etnocentrismo.

El aprendizaje de un idioma extranjero se facilita mucho si se inicia en las primeras etapas de la formación del niño, pero es casi imposible lograr un bilingüismo en la enseñanza de jóvenes y adultos a no ser mediante una real inmersión en el idioma objeto de estudio.

La fundamentación gramatical es de mucha importancia siempre que esta sirva de fundamento y soporte para la construcción oral y escrita del idioma.

En el aprendizaje de un idioma extranjero no se debe descartar el conocimiento y uso que el estudiante hace del idioma materno pues las competencias que posee en el mismo son una herramienta de trabajo y un puente hacia el aprendizaje del idioma extranjero, dado que es con su idioma nativo como el alumno se mete en la cultura e idiosincrasia del nuevo idioma.

Según Canale y Swain las competencias en el idioma extranjero deben ser la gramática, la discursiva, la sociolingüística y la estratégica pero para efectos prácticos en nuestro medio nosotros hacemos énfasis en la competencia gramatical y la discursiva (interpretativa).

Las otras dos competencias propuestas por los citados adolecen de serias limitaciones propias ya que el número de horas es muy limitado y no tenemos el medio cultural que dichas competencias exigen.

Como docentes colombianos nosotros tenemos un acercamiento a Lyle Bachman quedándonos con la competencia organizativa, gramatical y textual y añadimos la competencia lectora que le va a dar al estudiante herramientas de aprendizaje posteriores.

En principio no descartamos la competencia comunicativa en la parte oral y escrita pues aspiramos a que nuestros alumnos tengan un bagaje de habilidades, destrezas y conocimientos que le sirvan para desenvolverse en el medio profesional y cultural que le rodea, pero no tenemos los espacios reales para hacer de dicha competencia comunicativa una prelación. Esa se la dejamos a los institutos especializados o al mismo nivel universitario que la tomará o la dejará de acuerdo con el perfil del profesional que desea formar.

Las ciencias y disciplinas que conforman el área tienen los siguientes objetos de conocimiento:

- **LINGÜÍSTICA:** Ciencia que estudia el lenguaje humano.
- **GRAMÁTICA:** Disciplina que estudia las estructuras de la lengua.
- **FONÉTICA:** Disciplina que tiene como objeto de estudio los sonidos del lenguaje en su concreta manifestación física.
- **FONOLOGÍA:** Disciplina que estudia el nivel funcional de la expresión.
- **SEMÁNTICA:** Disciplina que estudia el significado.
- **SOCIOLINGÜÍSTICA:** Disciplina que estudia en sentido amplio la relación entre sociedades y variedad lingüística.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

- **PRAGMÁTICA:** Disciplina que estudia cómo se establece, se mantiene y se modifica la relación entre interlocutores, y cómo se puede influir sobre los otros a través del lenguaje o cuáles son las condiciones para la consecución del acto lingüístico.

El objeto de estudio del área de Humanidades, Lengua Extranjera: inglés, es EL LENGUAJE como comunicación. Para el estudio de una segunda lengua es fundamental la relación que hay entre lenguaje como conocimiento y el lenguaje como comunicación ya que da a conocer la manera cómo opera el lenguaje y las intencionalidades comunicativas de los interlocutores.

El desarrollo del lenguaje está dado desde una teoría de la cual todo sujeto es competente y cumple un proceso que no puede ser aislado de su misma configuración.

El planteamiento en este punto, busca ir un poco más allá de las líneas básicas del enfoque semántico – comunicativo. La razón de ser de esta reorientación es recoger recientes conceptualizaciones e investigaciones en el campo de la semiótica, la lingüística del texto, la pragmática, la fonética, la gramática, la morfosintaxis y la cognición, entre otros campos disciplinarios específicos que se ocupan del lenguaje.

En este sentido, la concepción del lenguaje tiene una orientación hacia la construcción de la significación a través de los múltiples códigos y formas de simbolizar, significación que se da en complejos procesos históricos, sociales y culturales en los cuales se constituyen los sujetos en, y desde el lenguaje.

Las unidades de habla que se derivan de este planteamiento más que a enunciados lingüísticos se refieren a actos de habla inscritos en actos comunicativos reales en los que los aspectos sociales, éticos y culturales resultan centrales.

De estos planteamientos se deriva lo denominado Semántica Comunicativa: semántica en el sentido de atender a la construcción del significado y comunicativo en el sentido de tomar el acto de comunicación e interacción como unidad de trabajo.

Desde la perspectiva semiótica esta orientación puede entenderse como la ciencia que estudia todas las formas posibles del lenguaje como son: el código lingüístico, basado en el lenguaje oral y escrito; código lógico que remite a una realidad percibida y conocida; Código Social, nos relaciona con las demás personas y código estético, permite que el hombre exprese lo que siente y piensa por medio de las formas artísticas.

El lenguaje más que un sistema de signos y reglas se debe entender como un patrimonio cultural. Por éste término se entiende, además del conjunto de reglas gramaticales de una determinada lengua, toda la enciclopedia que las actuaciones de esa lengua han creado, a saber: las convenciones culturales que ha producido y la historia misma de las interpretaciones previas de muchos textos. El lenguaje permite comprender el desarrollo del sujeto en términos de desarrollo de la función simbólica, diálogo con la cultura, contacto entre la mente del sujeto y la cultura.

Teniendo en cuenta las habilidades comunicativas es posible concebir desde una orientación hacia la significación procesos como leer, escribir, hablar y escuchar

La función principal del lenguaje es la significación, entendiéndola como aquella dimensión que tiene que ver con las diferentes vías a través de las cuales los seres humanos les otorgan sentidos a los signos.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 3.2 Marco legal

### 3.2.1 Fines de la educación que se ajustan al área

De conformidad con los artículos 52 y 67 de la Constitución Política de Colombia, la educación Física, la recreación y el deporte es un derecho fundamental del hombre. Y de acuerdo a la ley 115 en la Institución Educativa La Sierra, se orientará atendiendo a los fines expresados en la ley 115, y específicamente en los siguientes:

#### 3.2.1.1 Fines generales de educación:

- El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.
- El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artística en sus diferentes manifestaciones.
- El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.
- La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la Nación.
- La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.
- 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

#### 3.2.1.2 Fines específicos del área de Educación Física:

- El desarrollo individual: el hombre dueño (señor) de sí mismo
- La adaptación al espacio, al medio físico: el hombre adaptado corporalmente a su entorno físico, al que controla.
- Integración en el mundo social: el hombre relacionado con los demás

### 3.2.2 Propósitos de la Educación Física

- Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de prácticas culturales de la actividad física.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano la organización del tiempo y el espacio, la interacción social, la construcción de técnicas de movimiento y del cultivo y expresión del cuerpo, la experiencia lúdica y recreativa.
- Orientar una educación física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.
- Generar prácticas sociales de la cultura física como el deporte, el uso creativo del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.
- Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los Proyectos Educativos Institucionales.
- Impulsar una nueva didáctica pertinente a los procesos formativos; que sea investigativa, participativa y generadora de proyectos creativos.
- Orientar el establecimiento de las condiciones educativas que permitan los cambios requeridos en los ambientes de participación y organización de materiales, espacios físicos, tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo de la educación física.
- Orientar para que se asuma la investigación como actitud y proceso cotidianos y permanentes del trabajo curricular, como estrategia pedagógica para que el área responda a las necesidades actuales del desarrollo pleno de la personalidad.
- Promover la cualificación de los docentes como gestores y constructores de cambios educativos; impulsar la adquisición de nuevas competencias disciplinares, éticas, políticas pedagógicas y consolidar las comunidades académicas del área.

## 4. Objetivos

Los objetivos del presente plan se centran en primer lugar en los establecidos por la ley 115 de 1994(Ley general de educación), como objetivos generales de la educación y posteriormente se desarrollarán siguiendo el mismo contexto los objetivos del área específica y por grados o ciclos.

### 4.1 Objetivos comunes a todos los niveles educativos en la educación colombiana

- Formar la personalidad y la capacidad de asumir con responsabilidad y autonomía sus derechos y deberes
- Desarrollar una sana sexualidad que promueva el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la construcción de la identidad sexual dentro del respeto por la equidad de sexos, la afectividad, el respeto mutuo y prepararse para una vida familiar armónica y responsable.
- Desarrollar acciones de orientación escolar, profesional y ocupacional.
- Formar una conciencia educativa para el esfuerzo y el trabajo
- Formar el interés y el respeto por la identidad cultural de grupos étnicos

### 4.2 Objetivos Generales de la educación básica



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

De acuerdo con el Artículo 20 de la ley 115, los objetivos generales de la educación básica que podemos adoptar para el presente plan son:

- Propiciar una formación general mediante el acceso, de manera crítica y creativa, al conocimiento científico, tecnológico, artístico y humanístico y de sus relaciones con la vida social y con la naturaleza, de manera tal que prepare al educando para los niveles superiores del proceso educativo y para su vinculación con la sociedad y el trabajo;
- Propiciar el conocimiento y comprensión de la realidad nacional para consolidar los valores propios de la nacionalidad colombiana tales como la solidaridad, la tolerancia, la democracia, la justicia, la convivencia social, la cooperación y la ayuda mutua;
- Propiciar la formación social, ética, moral y demás valores del desarrollo humano.

## 4.3 Objetivos Específicos de la educación básica por ciclos

### 4.3.1 Ciclo de primaria:

De acuerdo con el artículo 21 de la ley 115 recogemos los siguientes objetivos que se vinculan con el área.

- La formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática, participativa y pluralista;
- La asimilación de conceptos científicos en las áreas de conocimiento que sean objeto de estudio, de acuerdo con el desarrollo intelectual y la edad;
- La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente;
- El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico;
- La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;
- El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana;
- La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

### 4.3.2 Ciclo de Secundaria:

De acuerdo con el artículo 22 de la ley 115 recogemos los siguientes objetivos que se vinculan con el área

- El desarrollo de actitudes favorables al conocimiento, valoración y conservación de la naturaleza y el ambiente;
- La comprensión de la dimensión práctica de los conocimientos teóricos, así como la dimensión teórica del conocimiento práctico y la capacidad para utilizarla en la solución de problemas;
- La valorización de la salud y de los hábitos relacionados con ella;
- La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

## 4.3.3 Ciclo de la media académica:

De acuerdo con el artículo 30 de la ley 115 recogemos los siguientes objetivos que se vinculan con el área.

- La profundización en un campo del conocimiento o en una actividad específica de acuerdo con los intereses y capacidades del educando;
- El desarrollo de la capacidad para profundizar en un campo del conocimiento, de acuerdo con las potencialidades e intereses;
- La capacidad reflexiva y crítica sobre los múltiples aspectos de la realidad y la comprensión de los valores éticos, morales, religiosos y de convivencia en sociedad, y
- El cumplimiento de los objetivos de la educación básica contenidos en los literales e), ñ) del artículo 22 de la presente Ley.

## 4.4 Objetivo General del área de educación física

De conformidad con la ley 115 de 1994, los objetivos de la educación física son:

La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente; el conocimiento y ejercitación del cuerpo, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

También es de enseñanza obligatoria como proyecto pedagógico transversal, el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el gobierno promoverá su difusión y desarrollo.

## 4.5 Objetivos específicos del área de educación física

- Apreciar y valorar el aprendizaje de habilidades motrices y el desarrollo de las capacidades físicas como posibilidad de vivenciar y conocer el propio cuerpo por medio de la práctica de actividades físico-motrices, como el juego, el ejercicio, la danza y el deporte.
- Identificar la práctica de las actividades físicas y motrices, como un medio de aprendizaje y de desarrollo, que posibilita espacios para el goce, el placer y la satisfacción personal, y brinda oportunidades de expresión, comunicación y relación con los demás.
- Identificar las características del propio cuerpo y su funcionamiento por medio de la práctica de juegos, ejercicios y actividades deportivas.
- Dosificar la magnitud de los esfuerzos físicos en la práctica de ejercicios y juegos de acuerdo con la propia capacidad, las características y las exigencias de la tarea motriz a realizar y los objetivos propuestos o planteados.
- Presentar alternativas adecuadas y pertinentes para solucionar problemas que requieran el dominio de habilidades y destrezas motrices durante la práctica de juegos, ejercicios, deportes y otras actividades físico-motrices.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

- Adquirir hábitos y costumbres sanas de higiene corporal con relación a la práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas, demostrando una actitud responsable con el manejo del propio cuerpo.
- Participar en la práctica de juegos, actividades motrices y deportes colectivos, asumiendo con entusiasmo los roles o papeles de cooperación y oposición como una forma natural que se presenta en estas actividades y que ayuda al autocontrol y a la formación del carácter y la personalidad.
- Participar con autonomía en la práctica de juegos, deportes y actividades físicas, asumiendo las responsabilidades en las acciones y decisiones, aceptando las reglas y tomando la victoria con alegría y humildad y la derrota con honor y dignidad.
- Utilizar las posibilidades sensitivas y expresivas de la corporeidad para percibir, comprender interpretar, transmitir y comunicar ideas, sentimientos y emociones relacionadas con la práctica individual y colectiva de los juegos, danzas, deportes y otras actividades físicas y motrices.
- Aplicar el dominio de las habilidades, el desarrollo de las capacidades físicas, el conocimiento de la propia corporeidad y de las características de los juegos y deportes, para adaptar las acciones motrices a las condiciones objetivas que se representan en cada momento o situaciones del juego.
- Participar en la práctica de juegos, actividades deportivas y motrices, asumiendo la iniciativa con el aporte de ideas y soluciones corrientes, innovadoras y creativas para las diferentes situaciones y problemas que se puedan presentar.
- Integrarse a la práctica de deportes, juegos colectivos y actividades físico-motrices estableciendo relaciones de amistad y equidad con todos los compañeros, sin discriminaciones por características sociales, sexuales, de raza y de otras diferencias que se pueden presentar.

## 4.6 Objetivo general del área de educación física de la institución educativa la sierra

El área de Educación Física y Recreación, de la Institución La Sierra busca contribuir desde su especificidad, con el desarrollo humano integral de los estudiantes, haciendo énfasis en la competencia motriz; permite incorporar elementos, para satisfacer sus necesidades de interacción con el mundo cultural y natural. El área se preocupa por la formación de un ser humano COMPETENTE para adaptarse y promover el desarrollo o transformación de la realidad en que interactúa.

## 4.7 Objetivos específicos del área de educación física de la institución educativa la sierra

- Procurar la formación de hábitos para la práctica diaria de la actividad física organizada y metódica.
- Lograr el mejoramiento motor, socio-afectivo y psico-biológico a través de la práctica de actividad física cotidiana.
- Desarrollar la capacidad crítica, comunicativa y creativa a través de la práctica de juegos y deportes organizados.
- Desarrollar habilidades y destrezas básicas para la práctica de actividades motrices culturalmente determinadas.
- Fomentar el espíritu de conservación y recuperación de los recursos naturales y bienes públicos.
- Incrementar la capacidad para la toma de decisiones y la participación consiente en la solución de problemas.
- Acercar y preparar a la comunidad estudiantil para la práctica de actividades físicas y para el buen uso del tiempo libre, como formas de mejorar la calidad de vida.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

## 4.8 Objetivos generales por grado del área de educación física de la institución educativa la sierra

### 4.8.1 Grado Primero

- Lograr a través de la práctica de actividades físicas la maduración motora, básica en el desarrollo de procesos mentales
- 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.

### 4.8.2 Grado Segundo

- Conocer y valorar el cuerpo y la actividad física como medio exploración y disfrute, de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recursos para organizar el tiempo libre.
- 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.

### 4.8.3 Grado Tercero

- Promover el conocimiento y la ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación, la danza y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico
- 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.

### 4.8.4 Grado Cuarto

- Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico
- 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.

### 4.8.5 Grado Quinto

- Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.
- Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

- Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.
- Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.

## 4.8.6 Grado Sexto

- Desarrollar en los estudiantes habilidades básicas para iniciar en el aprendizaje del deporte, teniendo presente la importancia del conocimiento de la estructura osteomuscular y las actividades precedentes al aprendizaje y ejecución del deporte.
- 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.

## 4.8.7 Grado Séptimo

- Desarrollar en los estudiantes las capacidades condicionales a través de rutinas y actividades lúdicas, demostrando su importancia para el deporte y como hábito para un estilo de vida saludable.
- 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.

## 4.8.8 Grado Octavo

- Iniciar a los estudiantes en la formación deportiva, a través del aprendizaje práctico de los conceptos básicos de los deportes de voleibol, baloncesto, balonmano y fútbol de salón.
- 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.

## 4.8.9 Grado Noveno

- Posibilitar la aproximación de los conocimientos de la técnica deportiva del voleibol, baloncesto, balonmano y fútbol - sala; entendiendo ésta como elemento fundamental para la práctica del deporte, además de disminuir lesiones y hacer del juego algo más estético.
- 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.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

- Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.

## 4.8.10 Grado Decimo

- Fomentar el desarrollo de la táctica deportiva individual y colectiva del voleibol, baloncesto, balonmano y fútbol - sala; entendiendo ésta como elemento fundamental para la práctica del deporte, además de disminuir lesiones y hacer del juego algo organizado, estructurado y llamativo.
- 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.

## 4.8.11 Grado Undécimo

- Desarrollar en los estudiantes las competencias necesarias para que realicen de forma segura y efectiva la preparación físico – deportiva para el balonmano, futbol – sala, voleibol y baloncesto.
- Desarrollar los conocimientos necesarios para la realización de torneos deportivos
- 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.

## 5. Referentes conceptuales

### 5.1 Fundamentos lógico – disciplinares del área

La educación física en su devenir histórico, y en la misma construcción paulatina de la educación institucionalizada, ha estado presente de diferentes maneras y perspectivas en los procesos de estructurar un currículo abierto y flexible, con miradas permanentes a los cambios y las necesidades de los estudiantes y a las condiciones de los contextos donde estos se desarrollan.

Su actual andamiaje es producto de procesos sociales, educativos, políticos y económicos que transforman constantemente y de manera sistemática su cuerpo teórico, y que asumen prácticas diferenciadas en periodos determinados de la historia. Revisar de manera sucinta este trayecto es necesario para comprender la configuración conceptual y epistemológica del área.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

Para mediados del siglo XX se expide la Resolución 2011 de 1967, en la cual se contemplan como objetivos específicos, en el programa de educación Física para la enseñanza media, la formación física, la actitud y formación postural, el cuidado corporal, el tiempo libre, la formación en destrezas naturales, destrezas técnicas y el ritmo. Con los decretos 088 de 1976 y 1419 de 1978 se establecieron lineamientos para conceptualizar los diferentes niveles educativos, formulándose los currículos de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media vocacional. El contenido principal en el preescolar y la primaria fue la psicomotricidad, las funciones perceptivo-motoras, la gimnasia infantil y las cualidades físicas. En secundaria, los contenidos correspondían a la gimnasia, las cualidades físicas y los deportes; mientras para la enseñanza media se crea la modalidad Bachillerato en Educación Física (MEN, 2012).

Teniendo en cuenta lo anterior, la programación curricular debe estar ajustada a los fines del sistema educativo colombiano, entre otros:

1. Contribuir al desarrollo equilibrado del individuo y de la sociedad sobre la base del respeto por la vida y por los derechos humanos.
2. 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.

En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:

1. Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.
2. Adquirir los conocimientos fundamentales y las habilidades y destrezas básicas, que además de prepararlo para continuar estudios superiores, lo orienten hacia un campo de trabajo.
3. Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.
4. Adquirir suficientes elementos de juicio para orientar su vida y tomar decisiones responsables.

Las anteriores consideraciones dinamizadas en el aula dentro del proceso de la educación física como estructura que fundamenta y afianza la naturaleza de un sujeto consciente y comprometido con su integridad.

En Antioquia, en el año 1975, se da inicio al Programa Centros de Educación Física direccionando aportes en la estructuración y el acompañamiento en los planes de área, pero además un acompañamiento en las prácticas pedagógicas mediante el desarrollo de procesos de formación permanente para el profesorado.

En ese sentido, en la básica primaria se asesora y acompaña para la construcción de dichos planes, de acuerdo con las particularidades institucionales; también, se desarrollan eventos de carácter deportivo y recreativo, con el objetivo de potenciar y motivar, a través del juego, la formación corporal de los estudiantes.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

Con la expedición de la Constitución Nacional en 1991, se reconoce la educación física como práctica social que favorece la formación de los ciudadanos y como práctica educativa que permite la formación integral; mientras que, con la expedición de la Ley General de Educación en el año 1994, la educación física adquiere su carácter de obligatoria y fundamental para alcanzar los objetivos de la educación.

## 5.2 Fundamentos pedagógico – didácticos

La educación es un proceso cambiante que se ajusta a las dinámicas sociales. No hay concepto de educación que con el tiempo permanezca.

Establecemos esta afirmación para reconocer que la educación física también está mediada por esas dinámicas, además de otras connotaciones de carácter teórico y epistemológico. Desde esa última consideración, en atención a los aportes y conceptos de otras disciplinas como antropología, psicología, biología, sociología y la misma pedagogía (saber fundante) se observan diferentes acepciones y prácticas alrededor de la educación física (Uribe, 2007).

Desde los aportes de Jean Piaget hasta otros teóricos contemporáneos se ha reconocido la importancia de una formación que incluya la corporalidad como ámbito fundamental para el adecuado desarrollo de los sujetos.

Diferentes construcciones pedagógicas y educativas coinciden en su aporte para la formación integral de los sujetos implicados en el proceso educativo. La intervención pedagógica del cuerpo debe trascender la mirada técnica e instrumentalista a la que ha sido sometido, transgredirlos límites del paradigma biológico y somatognóstico en el que se ha encasillado (Moreno, 2007) para adquirir importancia en cuanto permite la formación del ser humano en términos de desarrollo humano.

La escuela es, entonces, un lugar privilegiado para que niños, niñas y jóvenes se reconozcan como sujetos por medio de la motricidad que posibiliten la transformación del contexto social y que promuevan aspectos propios de la existencia como "la identidad, la interacción, la inclusión, la interculturalidad, el respeto, la resistencia, el control, la vinculación, la transformación, la diferenciación, la autonomía, la visibilización, la democracia, el arraigo y la potencialización del sujeto" (Arboleda, 2010, p. 20).

Si la educación física, como 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).

Si la potenciación del ser humano es la máxima pretensión desde la educación física, consideramos importantes asumir las grandes metas de formación, tal como lo plantean las Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (MEN, 2010, p.13-16):



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

- “Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano. Esto exige la formación de actitudes y modos de actuar que otorguen sentido a las prácticas, técnicas, los saberes y hábitos de actividad motriz, al hacer énfasis en acciones preventivas y participativas que fomenten la cooperación y la solidaridad”.
- “Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad, desarrollo del pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices como, por ejemplo, la resolución de problemas relacionados con la anticipación, la destreza operativa y el sentido crítico, que sean capacidades requeridas durante los procesos de abstracción y generalización para la toma de decisiones”.
- “Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas. Educación de la sensibilidad y el desarrollo del lenguaje corporal”.
- “Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz. Base de la convivencia ciudadana, como el respeto a la diferencia, a la libre elección y a la participación en decisiones de interés general”.
- “Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente. Se generan vivencias, exploraciones, experiencias, conocimientos y técnicas que disponen al estudiante como un ser que se desarrolla en un medio ambiente y en virtud de ello es responsable del cuidado de este, su recuperación y protección”.
- “Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte. Esta disciplina involucra componentes fundantes de la naturaleza humana, de modo que el trabajo pedagógico dirigido a cada ser humano en particular debe adaptarse a sus necesidades”.

La educación física adquiere unas particularidades que la diferencian de otras disciplinas del saber y que a su vez establecen unos modos particulares en su configuración teórico-práctica. El cuerpo y la motricidad, en su sentido más amplio, determinan un abordaje diferente desde los procesos de enseñanza aprendizaje y en correspondencia al sujeto que se pretende formar. Si las teorías educativas dan cuenta de la complejidad del ser humano, debido al reconocimiento de su singularidad biológica y cultural, entonces la pedagogía deberá hacer su reflexión desde esa misma complejidad manifiesta.

Es pertinente entonces que la educación física como práctica pedagógica, al decir de Morín (1999), pueda enseñar más allá de los contenidos y exponga problemas centrales que generalmente son ignorados y olvidados. No se puede concebir una traslación ingenua y estéril de contenidos que poco o nada ayuden en el desarrollo humano del sujeto y en su forma de ser y estar en el mundo, pues el sujeto debe tener lecturas acertadas acerca de sí mismo, de los otros y de la sociedad en la que vive. Así, deben identificarse los orígenes de errores, de ilusiones y de cegueras propios del conocimiento que permitan establecer otros modos de acercamiento para su comprensión. De igual manera, debe propiciarse un conocimiento pertinente en atención a: el contexto, lo global, lo multidimensional y lo complejo, con el fin de abordar problemáticas generales pero que respondan a lo local. Conocimiento que permita conocer el mundo y sus dinámicas a través de experiencias particulares y contextualizadas. La educación física, además, debe reconocer la condición humana de los sujetos, aspecto que parte desde la realización de unos interrogantes ontológicos; ¿Quiénes somos?, ¿Dónde estamos? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? (Morín, 1999). Existe



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

entonces un reconocimiento corporal que supera lo biológico para aprehender y reconocer la condición humana y el reconocimiento, a su vez, de otras culturas, de otras formas de estar en el mundo. El cuerpo confina diferentes esferas que permiten la comunicación y la expresión, en él se inscriben las manifestaciones de la cultura, pero además determina y está inmerso en la modificación del contexto social (Bustamante, Arteaga, González, Chaverra y Gaviria, 2012).

Finalmente, en líneas apretadas, debe enfrentarse las incertidumbres, enseñar la comprensión y responder a la ética del género humano desde la educación física. Esto supone el enfrentamiento de obstáculos y la superación de retos desde el reconocimiento de sí mismo y el respeto por los otros, la comprensión de la condición humana, de la configuración del planeta y el respeto por el espacio físico y vital que habitamos. Pues "individuo - sociedad - especie son no solamente inseparables sino coproductores el uno del otro. Cada uno de estos términos es a la vez medio y fin de los otros. No se puede absolutizar a ninguno y hacer de uno solo el fin supremo de la tríada" (Morín, 1999, p. 54).

## 5.3 Normas técnico – legales

NORMATIVIDAD	DESCRIPCIÓN
Ley 115 de febrero de 1994	La presente ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad.
La Constitución Política de Colombia	La Constitución Política de Colombia de 1991 es la actual carta magna de la República de Colombia. Fue promulgada en Bogotá el 4 de julio de 1991 y también se le conoce como la "Constitución de los Derechos Humanos".
Ley del deporte, Ley 181 de enero 18 de 1995	"Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte".
Ley 1098 de 2006	Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, el cual tiene por objeto establecer normas sustantivas y procesales para la protección integral de los niños, las niñas y los adolescentes, garantizar el ejercicio de sus derechos y libertades ...
Ley 1618 de febrero 27 2013	El Estado busca garantizar y asegurar el ejercicio efectivo de los derechos de las personas con discapacidad mediante la adopción de medidas y políticas que cuenten con enfoque de inclusión,



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 6. Intensidad Horaria Semanal

Grado	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°
I.H.S	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

## 7. Estándares de competencias para el área de Educación Física

El área de educación física de la Institución Educativa La Sierra, adopta como estándares básicos de competencias los publicados en la propuesta "Estándares básicos de competencias para el área de educación física, recreación y deporte en el departamento de Antioquia". Investigación realizada por el equipo de investigación de la universidad de Antioquia, con vinculación de la secretaria de educación para la cultura de Antioquia (Gobernación de Antioquia) y con el apoyo de Indeportes Antioquia. Se adoptan estos estándares porque éstos se adaptan a las necesidades contextuales del departamento, las cuales se viven también en los barrios circundantes a la Institución Educativa.





# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS GRADOS 1º A 3º	Adquiero y desarrollo mis habilidades motrices básicas mediante las expresiones motrices que me permiten conocer mi entorno familiar y escolar, y relacionarme con los/as compañeros/as, amigos/as y profesores/as	
PERCEPTIVOMOTRIZ	FÍSICOMOTRIZ	PERCEPTIVOMOTRIZ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilizo mis segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos</li> <li>• Manipulo diferentes materiales de forma creativa y espontánea</li> <li>• Identifico la importancia de los sentidos, mediante los juegos, para ubicarme en el entorno y relacionarme con los demás</li> <li>• Valoro los recursos naturales en la construcción de implementos lúdicos</li> <li>• Identifico y ejecuto actividades en diferentes superficies</li> <li>• Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos</li> <li>• Utilizo mis segmentos corporales (derecha-izquierda) para realizar las diferentes tareas motrices</li> <li>• Realizo actividades acuáticas que me permiten experimentar otras formas de movimiento</li> <li>• Realizo juegos en el medio natural, que potencien mis habilidades motrices</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización</li> <li>• Exploro diferentes formas y estilos de manipular los móviles y lo práctico con mis compañeros y compañeras</li> <li>• Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección</li> <li>• Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento</li> <li>• Propongo diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas</li> <li>• Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias</li> <li>• Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos</li> <li>• Propongo diferentes movimientos a mis compañeros y compañeras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoro y protejo el medioambiente donde desarrollo las diferentes actividades lúdico-recreativas</li> <li>• Experimento y utilizo mis habilidades motrices básicas para relacionarme con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones</li> <li>• Trabajo en forma colectiva en la búsqueda de soluciones de tareas motrices</li> <li>• Colaboro a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades</li> <li>• Construyo, con mis compañeros y compañeras, nuevas reglas de juego y respeto las establecidas</li> <li>• Reconozco las debilidades y las fortalezas de mis compañeros y compañeras a través de juegos</li> <li>• Manifiesto mi creatividad cuando ejecuto actividades motrices grupales</li> <li>• Participo en juegos colectivos que me permitan afianzar las relaciones de amistad</li> <li>• Acepto y respeto las opiniones y las sugerencias de los compañeros y las</li> </ul>



Sede Principal  
 Calle 56B No 4Este - 10  
 Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
 Cra 2 No 55F - 17  
 Tel . 269 82 11





Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

- Realizo actividades de motricidad fina, como rasgado, recortado, pulsado y moldeado
- Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos
- Valoro las diferentes actividades motrices realizadas en la naturaleza y cuido el entorno
- Nombro las partes de mi cuerpo y sus respectivas funciones
- Propongo e imagino diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de clase
- Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación

compañeras

- Cuido mi cuerpo y el de mis compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades
- Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos
- Asumo con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas
- Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego
- Me relaciono con mis compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región
- Mantengo una adecuada higiene corporal para cuidar mi salud y la de las personas que me rodean



Sede Principal

Calle 56B No 4Este - 10

Tel . 221 80 29

Sede Villa Turbay

Cra 2 No 55F - 17

Tel . 269 82 11

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)





Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11





# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS GRADOS 4º A 5º	Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas	
PERCEPTIVOMOTRIZ	FÍSICOMOTRIZ	SOCIOMOTRIZ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consolido el concepto de imagen corporal por medio de diferentes actividades</li> <li>• Propongo acciones para la construcción de un medioambiente favorable en mi comunidad, a través de la práctica de las habilidades motrices específicas según la expresión motriz</li> <li>• Adopto posturas corporales que me permiten cuidar y mantener una buena salud, cuando practico hábitos de higiene que favorecen mi bienestar</li> <li>• Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espaciotemporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices</li> <li>• Me ubico en el espacio y el tiempo durante las diferentes expresiones motrices practicadas, teniendo como referencia los puntos cardinales</li> <li>• Participo en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendo las normas de seguridad en la práctica de las capacidades físicas que permiten el desarrollo de mi cuerpo</li> <li>• Respeto la identidad y la sexualidad de mis compañeros y compañeras en cada uno de los espacios y las actividades integradoras que buscan estimular el desarrollo de las capacidades físicas</li> <li>• Respeto las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento de las capacidades físico-motrices, concertando con mis compañeros y compañeras las reglas de juego</li> <li>• Reconozco los cambios físicos presentados durante mi desarrollo corporal, teniendo en cuenta la relación con el otro para el aumento gradual de las exigencias durante la práctica de expresiones motrices</li> <li>• Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida saludable</li> <li>• Identifico y reconozco los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los aplico</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a mis compañeros y compañeras cuando practicamos expresiones motrices</li> <li>• Acepto las sugerencias dadas por el/la profesor/a y mis compañeros/as, como valor de sana convivencia, cuando participo en juegos de cooperación y oposición</li> <li>• Me integro a través del juego, relacionándome con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúo con mis compañeros y compañeras</li> <li>• Identifico las relaciones interpersonales, los valores de equidad y tolerancia que se presentan en las actividades motrices</li> <li>• Acepto el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con mis compañeros y compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento de mi desempeño</li> <li>• Conservo y protejo los ambientes naturales</li> </ul>



Sede Principal  
 Calle 56B No 4Este - 10  
 Tel . 221 80 29

www.ielasierra.edu.co

Sede Villa Turbay  
 Cra 2 No 55F - 17  
 Tel . 269 82 11





Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

	<p>adecuadamente en las expresiones motrices</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Practico y propongo juegos predeportivos que favorezcan mi desarrollo personal y el de mis compañeros y compañeras</li><li>• Utilizo las capacidades físicas en la ejecución de las expresiones motrices, empleando una adecuada respiración en la ejecución de las tareas</li><li>• Valoro la actividad motriz como eje fundamental en mi desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio para el desarrollo de mis capacidades físicas</li><li>• Me adapto a los diferentes procesos de trabajo, teniendo como base las capacidades físicas en la realización de las actividades, siendo creativo e innovador en su aplicación</li><li>• Realizo, en forma secuencial, ejercicios para adquirir potencialidad en el desarrollo de mis capacidades físicas</li></ul>	<p>en los cuales realizo diferentes expresiones motrices, adquiriendo una conciencia ecológica en mi entorno</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Práctico actividades ejecutadas en clase fuera del contexto escolar, mejorando mi calidad de vida en todo momento</li><li>• Participo de diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales como parte de mi formación integral</li><li>• Realizo prácticas motrices que estimulan mi rendimiento dentro de los ámbitos sociales y culturales de la comunidad, utilizando eficientemente los recursos y elementos que nos ofrece el entorno</li></ul>
--	---	---





Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 8. Modelo pedagógico desarrollista-social

Este modelo pedagógico busca la construcción de procesos de pensamiento y conocimiento que forme niños y jóvenes con capacidad de investigar, criticar, proponer, estableciendo redes de cognición que hagan del aprendizaje un proceso significativo.

El currículo en el modelo desarrollista-social es dinámico y mutable, la práctica busca el desarrollo del entendimiento humano en la acción, la filosofía a través de sus sistemas axiológicos presta sus servicios a la formación de personas como sujetos activos capaces de tomar decisiones y emitir juicios de valor.

El modelo pedagógico nos permite trabajar diversas actividades basándose principalmente desde las necesidades de los niños, niñas y jóvenes con la finalidad que desarrollen sus habilidades y destrezas en un espacio cálido y armónico, donde se sientan seguros e independientes, fomentando el trabajo cooperativo bajo los valores del respeto, la equidad, la tolerancia y la igualdad de género.

El modelo Desarrollista- Social pretende elevar los niveles de autoestima en los niños, niñas y jóvenes induciéndolos a las actividades lúdicas, recreativas y deportivas logrando que los estudiantes disfruten y gocen de los tiempos libres con responsabilidad

## 9. Malla curricular por grados

**GRADO: PRIMERO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO**

- Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.
- Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal.
- Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.
- Lograr a través de la práctica de actividades físicas la maduración motora, básica en el desarrollo de procesos mentales.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** ESQUEMA CORPORAL-ORGANIZACIÓN ESPACIAL-GIMNASIA - JUEGOS



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

## ESTANDARES:

Competencia motriz corporal

- Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario.
- Exploro formas básicas de movimiento en conexión con pequeños elementos y sin ellos.

Competencia expresiva

- Manifiesto expresiones corporales y gestuales para comunicar mis emociones (tristeza, alegría e ira, entre otras) en situaciones de juego y otras opciones de actividad física.

Competencia axiológica corporal

Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual

**FISICOMOTRIZ:** Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos

**SICOMOTRIZ:** Participo y disfruto en las actividades recreativas y deportivas realizadas en mi ambiente familiar, social y escolar.

- Saber conocer Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.

Saber hacer

Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y actividad física.

Saber ser

Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física

## COMPETENCIAS

-Identifica las partes del cuerpo. Ej. (cabeza, cuello, hombro, espalda, pecho, cintura, cadera, brazo, codo, muñeca, mano, entre otros), moviendo sus extremidades superiores e inferiores alternando y combinando izquierda derecha con y sin desplazamientos, identificando su lateralidad predominante en la realización de acciones motrices como (atajar, golpear un objeto, correr, rebotar una pelota, rodar, saltar), demostrando una participación activa para la práctica de este tipo de actividades.

SITUACION PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
¿Por qué cambia mi esquema corporal? ¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?	Manejo corporal  Dirección lateralidad -Izquierda. -Derecha -Adelante. -Atrás. -Arriba. -Abajo	Realización de ejercicios utilizando diversos instrumentos.  Observación de videos de grandes deportistas.  Realización de dinámicas de desplazamiento.  Realización de charlas sobre el cuidado del cuerpo.	Realización de ejercicios utilizando implementos deportivos.  Asume roles de responsabilidad en las prácticas deportivas.	Reconoce en él y en sus compañeros los tres grandes segmentos del cuerpo: la cabeza, el tronco y las extremidades y la perspectiva de movimiento del cuerpo: adelante-atrás, derecha izquierda y arriba – abajo.

GRADO: PRIMERO

PERIODO: 2

## OBJETIVOS DE GRADO:

Lograr a través de la práctica de actividades físicas la maduración motora, básica en el desarrollo de procesos mentales.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** ESQUEMA CORPORAL-ORGANIZACIÓN ESPACIAL-GIMNASIA - JUEGOS

## ESTÁNDARES:

### PERCEPTIVOMOTRIZ:

Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual

### FISICOMOTRIZ:

Sede Principal  
 Calle 56B No 4Este - 10  
 Tel . 221 80 29

www.ielasierra.edu.co

Sede Villa Turbay  
 Cra 2 No 55F - 17  
 Tel . 269 82 11



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento

**SICOMOTRIZ:**

Construyo, con mis compañeros y compañeras, nuevas reglas de juego y respeto las establecidas

**COMPETENCIAS**

- Percibe e interacciona de forma apropiada el propio cuerpo con un espacio determinado, mejorando las posibilidades motrices tanto finas como gruesas eje: (amarrarse los zapatos, abotonarse, enhebrar, ensartar, escribir, coordinación general y visomotora, tono muscular, equilibrio etc.), creando así hábitos saludables y de mejora y mantenimiento de la condición física; mostrando una actitud positiva frente las diversas actividades y espacios de conocimientos de interés personal.

SITUACION PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
¿Qué beneficios trae al organismo la práctica deportiva?	Mi cuerpo y el ejercicio. -Orientación en el espacio -Puntos de referencia Rítmica (pulso, acento y ritmo)	Realización de ejercicios donde involucren todos sus órganos. Observación de videos sobre el cuidado del cuerpo. Capacitación a alumnos sobre el cuerpo los ejercicios y sus enfermedades.	Manifestación de agrado en los trabajos grupales realizados. Identificación de normas en la práctica de pre deportivos. Formulación de criterios de respeto frente a su cuerpo.	Demuestra armonía corporal en la ejecución de movimientos y tareas motrices con pequeños elementos. Mecaniza juegos, rondas y coreografías. Se integra positiva y responsablemente con sus compañeros en la práctica de pre deportivos.





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

32



Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11





# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: PRIMERO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

Lograr a través de la práctica de actividades físicas la maduración motora, básica en el desarrollo de procesos mentales.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** ESQUEMA CORPORAL-ORGANIZACIÓN ESPACIAL-GIMNASIA - JUEGOS

**ESTANDARES**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:**

Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimo mi creatividad y mi capacidad intelectual

**FISICOMOTRIZ:**

Participo en actividades competitivas de acuerdo con mis posibilidades fisicomotrices, con sentido ético y moral

**SICOMOTRIZ:**

comunidad, u

**COMPETENCI**

-Explora sus p  
 expresando e  
 sobre un pie,  
 convivencia g

**SITUACIO  
 PROBLEM**

¿Cómo ayu  
 práctica depo  
 desarrollo sic  
 del niño?



iles y culturales de la

con diferentes ritmos,  
 dad como: pies juntos,  
 sarrrollo de la clase y la

**INDICADORES DE  
 DESEMPEÑO**

rolla de manera  
 /a actividades lúdicas  
 upo, asume roles y  
 nsabilidades en las  
 cas recreativas.  
 rende la importancia  
 práctica recreativa y  
 tiva al aire libre.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: PRIMERO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

Lograr a través de la práctica de actividades físicas la maduración motora, básica en el desarrollo de procesos mentales.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** ESQUEMA CORPORAL-ORGANIZACIÓN ESPACIAL-GIMNASIA - JUEGOS

**ESTANDARES**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:**

Utilizo mis segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos

**FISICOMOTRIZ:**

Exploro las pr

**SICOMOTRIZ:**

Cuido mi cuer

**COMPETENCI**

-Adapta los d  
 grado de ince  
 actividades m  
 manifestando

**SITUACI  
 PROBLEM**

¿Cómo motiva  
 niños y niñas  
 iniciación de  
 disciplina de  
 específica?



dos y presenten cierto  
 mismos en los juegos y  
 istancias y trayectorias;  
 es.

**INDICADORES DE  
 DESEMPEÑO**

a actividades motrices  
 tiempos distintos y  
 os espacios, utilizando  
 res básicos, de  
 nientos como caminar,  
 , saltar, lanzar, en  
 ntes posiciones,  
 iones, niveles y ritmos.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: SEGUNDO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:** El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** El cuerpo imagen y percepción

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:**

Utilizo mis segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos

**FISICOMOTRIZ:**

Exploro las posibilidades

**PSICOMOTRIZ:**

Cuido mi cuerpo

**Competencia**

-Conoce los miembros inferiores: musculo, pie y sus compañeros

**SITUACION PROBLEMA**

¿Cómo soy yo y cómo eres tú?



... , derecho e izquierdo, brazo, antebrazo, mano, cuerpo, compartiendo con

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

... va y reconoce las diferentes partes del cuerpo humano, distinguiendo e identificando todos los segmentos corporales.

... be las características naturales a través de la identificación de diversas partes corporales.

... a las posibilidades y funciones propias del cuerpo humano en entornos diversos.

... ooce las diferentes partes del cuerpo y el de los demás.

... simultáneos de brazos y piernas.

... el apoyo en diferentes posiciones.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: SEGUNDO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:** El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "FORTALECIENDO MIS MOVIMIENTOS A TRAVES DE LOS RITMOS"**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:**

Propongo e imagino diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de clase

**FISICOMOTRIZ:**

Aplico mis habilidades y mis destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, y creativo y de acuerdo con mi fase de desarrollo.

**SICOMOTRIZ:**

Acepto la victoria

**COMPETENCIA**

-Atiende a las reglas respetando el ritmo y actividades de clase

**SITUACION PROBLEMA**

¿Cómo agrupa los juguetes?



desarrolla una actitud de agrado, en la realización de juegos

**ADORES DE DESEMPEÑO**

conciencia de la importancia de la actividad física en la vida.

conoce como elementos del juego la cooperación, oposición y el respeto por el ganador o perdedor, para disfrutar también el tiempo libre.

desarrolla la habilidad básica del desplazamiento en cuadrupedia, respetando la dinámica de los desplazamientos.

respetando las distancias, el sentido de dirección, la velocidad de los desplazamientos propios.

realiza desplazamientos en diferentes direcciones, trayectorias y velocidades segmentarias y globalmente

Ejecuta saltos, rodajes, giros, desplazamientos combinados, cambios consecutivos de posturas y balanceos



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: SEGUNDO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:** El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** "INNOVANDO DESDE NUESTRO ENTORNO"

**ESTANDRES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Manipulo diferentes materiales de forma creativa y espontánea

**FISICOMOTRIZ:** Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida saludable

**SICOMOTRIZ:**

**COMPETENCIA**

-Acepta y respeta la naturaleza periódica, bol

**SITUACIONES PROBLEMAS**

¿Qué puedo hacer con lo que sobra?

¿Qué puedo obtener de los materiales desechados?



ativas

l, diversidad y armonía  
tubos de cartón, papel,

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

fica que elementos condicionan el desarrollo de las actividades deportivas (tenis y ropa deportiva), para tomar conciencia de la importancia de utilizar el material adecuado.

a objetos sencillos con material reutilizable para emplear en las actividades físicas.

ta las normas de uso de materiales y espacios en la ejecución de actividades

físicas.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: SEGUNDO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:** El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Tenemos Vida.**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:**

Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos

**FISICOMOTRIZ:**

Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos

**SICOMOTRIZ:**

Trabajo en forma

**COMPETENCIA**

-Práctica respiratoria de corta duración para desarrollar la capacidad aeróbica durante el tiempo libre.

**SITUACION PROBLEMA**

¿Cuáles procedimientos diferencian a los seres vivos de los inanimados?



actividades físicas de corta duración (como el desarrollo de la capacidad aeróbica, etc.), manifestando

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

1. Realiza algunas de las actividades físicas que contribuyen a un ser vivo de corta duración que no lo es. (respiración/ respiración)

2. Participa en la inspiración y la espiración utilizando ejercicios espaciales.

3. Realiza el cuerpo sobre apoyos en reposo y movimiento.

apoyos.

situaciones donde exista el apoyo de la espalda en el suelo o varios apoyos.

objetos para la realización de desplazamientos.

Expresa con su cuerpo, a través del movimiento, las cuatro fases del ciclo vital que experimentan los seres vivos.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: TERCERO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Promover el conocimiento y la ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación, la danza y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "DESARROLLANDO MIS HABILIDADES"**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Realizo actividades que permiten experimentar otras formas de movimiento

**FISICOMOTRIZ:** Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento

**SICOMOTRIZ:** Práctico actividades ejecutadas en clase fuera del contexto escolar, mejorando mi calidad de vida en todo momento

**COMPETENCIA:**

- Desarrolla la motriz o segmentaria, postura y equilibrio, competencia y giros sobre la



n: coordinación óculo-nuscular controlando la terés por aumentar la ropuestas como : saltos etc.

**SITUACION PROBLEM.**

Una unión "soy como la y me desenv como la pelota:

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

paz de diferenciar y r conceptos en las asignadas en base en adísticas.

recibe, dribla, lanza y ce diferentes ntos como balones, res, aros con las manos lerecho e izquierdo.

a de manera armónica iencial movimientos de , saltar y girar ndo elementos.

capaz de ejecutar nientos gimnásticos icando la base de itación y el centro de gravedad.

Se ubica correctamente en un terreno de juego según orientaciones dadas.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: TERCERO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Promover el conocimiento y la ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación, la danza y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "COMUNICACIÓN DE NUESTRO CUERPO"**

**ESTANDRES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos

**FISICOMOTRIZ:** Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias

**SICOMOTRIZ:** Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos

**COMPETENCI**

-Desarrolla ha los pinceles, e presentando saltar, trepar actividades, n

**SITUACIOI  
PROBLEM.**

Nuestro cuerpo mundo lleno sorpresas y mucho movimie



or la pierna, el giro por ciones y pensamientos; s para correr, caminar, npo al desarrollar sus

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

az de diferenciar y aplicar atos en las tareas las en base en las ticas.

capaz de realizar ientos y actividades de ración dinámica general ido elementos.

i carreras y detenciones erder el equilibrio y lo la base de tación.

i algunas destrezas iticas que implican rior en posición invertida uda de un compañero.

los conceptos de centro de gravedad y base de sustentación con el trabajo del equilibrio.

Se presenta a clase con la indumentaria y realiza su mejor desempeño práctico y cognitivo en clase.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: TERCERO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Promover el conocimiento y la ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación, la danza y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "FORTALECIENDO MI CUERPO"**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación

**FISICOMOTRIZ:** Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos

**SICOMOTRIZ:** Identifico las relaciones interpersonales. los valores de equidad y tolerancia que se presentan en las actividades motrices

**COMPETENCIA**

-Domina su cuerpo y brazo en los empujar, y le solidaridad con

**SITUACION PROBLEMA**

¡Hacia el juego conjunto!



adidamente la mano y el  
 uspender, transportar,  
 te y manteniendo una  
 des establecidas.

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

capaz de diferenciar y  
 r conceptos en las  
 asignadas en base en  
 adísticas.

un elemento como  
 o bastón al lado  
 do de un compañero  
 se ubica al frente  
 :ha e izquierda).

a de manera armónica  
 iencial movimientos de  
 , saltar y girar  
 ndo elementos.

capaz de conducir, driblar,  
 , patear, diferentes  
 ntos en posición  
 estática y en movimiento.

Aprender desde lo  
 vivido.

actividades propuestas.

Diferencia los conceptos de  
 diagonal, transversal, lateral  
 y los aplica en los juegos  
 colectivos.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: TERCERO PERIODO: 4**

<p><b>OBJETIVOS DE GRADO:</b> Promover el conocimiento y la ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación, la danza y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.</p>		
<p><b>EJES GENERADORES O COMPONENTES:</b> "EXPRESANDOME POR MEDIO DE MI CUERPO"</p>		
<p><b>ESTANDARES:</b>  <b>PERCEPTIVOMOTRIZ:</b> Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos  <b>FISICOMOTRIZ:</b> Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización  <b>SICOMOTRIZ:</b> Manifiesto mi creatividad cuando ejecuto actividades motrices grupales</p>		
<p><b>COMPETENCIA:</b>          -Desarrolla la capacidad de expresión y comunicación a través del ritmo, la danza, el movimiento corporal y la música, aprendiendo coreografías, creatividad de demás, mostrando los entos propuestos de los</p>		
<p><b>SITUACION PROBLEM.</b></p> <p>"Mi cuerpo, un lleno de movimiento y destrezas"</p>		<p><b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b></p> <p>capaz de diferenciar y aplicar los ritmos en el uso y práctica del</p> <p>capaz de identificar el lado derecho e izquierdo en sus miembros.</p> <p>capaz de reconocer posiciones invertidas cambiando la ubicación de las manos y los brazos.</p> <p>capaz de asociar ritmos musicales y movimientos corporales.</p> <p>capaz de participar activamente en un equipo mostrando tiempo y esfuerzo para lograr la ejecución de una coreografía o pieza.</p>
		<p>populares y fáciles de aprender., en estos se tiene en cuenta: los pasos de rutina, mecanización de los mismos, coreografía sencilla para ser ejecutadas por el niño en parejas y pequeños grupos dado el caso.</p>



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: CUARTO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "AUMENTANDO MI FLEXIBILIDAD"**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Utilizo mis segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos

**FISICOMOTRIZ:** Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos

**SICOMOTRIZ:** Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a

**COMPETENCIA**

- Ejecuta ejercicios con una y ambas manos, en forma de fuerza, agilidad y compartiendo

**SITUACIONES PROBLEMAS**

Corriendo, corriendo, por en forma de cuerpo y cuidando salud.



acción con una y ambas manos, velocidad, resistencia, actividades propuestas,

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

capacidad de realizar trabajos de independencia y coordinación de brazos y piernas.

Realización de pases, lanzamientos, acciones de conducción en situaciones de juego activo con seguridad y eficacia.

Medida de la fuerza y distancia en la ejecución de juegos en situaciones sobre pases, acciones y lanzamientos.

Se orienta un juego que favorezca el desarrollo de las

objetos, se relacionan los conceptos previos y pueden ser tomados como referencia y con ellos crear otros juegos diferentes.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: CUARTO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "MIS EXPERIENCIAS GIMNASTICAS"**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Practico diferentes posiciones, posturas y recomendaciones para realizar tareas en mi vida diaria

**FISICOMOTRIZ:** Experimento juegos, ejercicios y actividades con las habilidades motrices: locomotrices, equilibración y manipulativas

**SICOMOTRIZ:**

**COMPETENCIA:**

-Realiza actividades de equilibrio en rodillas hacia adelante y hacia atrás en movimiento participando con el grupo.

**SITUACIONES PROBLEMAS:**

Experiencias gimnásticas grupales.



personal y de equipo

después, talones al glúteo, rodillas hacia adelante y hacia atrás de forma estática y en movimiento con diferentes ejercicios.

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

1. Mantiene el equilibrio durante la ejecución de la posición gimnástica por sí mismo, en trios y grupos de cuatro.

2. Mantiene la posición de piernas, pies y tronco en la ejecución de las posturas estáticas.

3. Participa de manera activa y segura con facilidad en actividades físicas en diferentes grupos de trabajo.

4. Utiliza las habilidades de reptar, caminar, correr, saltar, y atrapar.

5. Mantiene el rollo adelante y posición de los pies con ayuda.

6. Muestra un mejor control y estabilidad en movimientos que exigen desplazamientos.

Se presenta a clase con el uniforme adecuado y realiza su mejor desempeño práctico y cognitivo en clase, velando por su integridad y por el bienestar de sus compañeros.

los ritmos de movimiento lento como de ágil movilidad.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

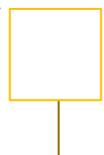
DANE 105001026581



Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

45

Sede Principal  
Calle 56B No 4Este - 10  
Tel . 221 80 29

[www.ielasierra.edu.co](http://www.ielasierra.edu.co)

Sede Villa Turbay  
Cra 2 No 55F - 17  
Tel . 269 82 11







# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: CUARTO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "RESALTANDO MIS CUALIDADES POR MEDIO DEL BAILE"**

**ESTANDARES:**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices

**FISICOMOTRIZ:** Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas

**SICOMOTRIZ:** Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales. Promuevo el respeto de la condición sexual, religiosa o política mediante la práctica de expresiones motrices

**COMPETENCIA:**

-Identifica los elementos del baile (salsa, reggaetón etc.), valorando las diferencias y similitudes en el espacio temporal a través de direcciones y medio de la imitación y sensaciones, como el ritmo y la fuerza.

**SITUACIONES PROBLEMAS:**

Expresión rítmica en la iniciación al baile típico característico de reuniones y eventos sociales.



**INDICADORES DE DESEMPEÑO:**

Identifica los elementos del baile (salsa, reggaetón etc.), valorando las diferencias y similitudes en el espacio temporal a través de direcciones y medio de la imitación y sensaciones, como el ritmo y la fuerza.

Identifica los elementos del baile (salsa, reggaetón etc.), valorando las diferencias y similitudes en el espacio temporal a través de direcciones y medio de la imitación y sensaciones, como el ritmo y la fuerza.

Identifica los elementos del baile (salsa, reggaetón etc.), valorando las diferencias y similitudes en el espacio temporal a través de direcciones y medio de la imitación y sensaciones, como el ritmo y la fuerza.

Identifica los elementos del baile (salsa, reggaetón etc.), valorando las diferencias y similitudes en el espacio temporal a través de direcciones y medio de la imitación y sensaciones, como el ritmo y la fuerza.

Identifica los elementos del baile (salsa, reggaetón etc.), valorando las diferencias y similitudes en el espacio temporal a través de direcciones y medio de la imitación y sensaciones, como el ritmo y la fuerza.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: QUINTO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "RESALTANDO MI POTENCIA"**

**ESTANDARES**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices

**FISICOMOTRIZ:** Valoro la actividad motriz como eje fundamental en mi desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio el desarrollo de mis capacidades físicas

**SICOMOTRIZ:** Participo de diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales como parte de mi formación integral

**COMPETENCIA**

-Efectúa las acciones de desarrollo de la práctica del compañerismo

**SITUACION PROBLEMA**

Hacia el Baloncesto y sus funciones.



de agarre del balón y movimiento físico a través de las manos, manifestando

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

desarrollo de su capacidad de movimiento acorde con los estímulos visuales y auditivos.

observación de normas, reglas, hábitos y procedimientos durante las diferentes prácticas socio-motrices.

participación en actividades de inhibitorio y control de impulsos.

utiliza y maneja su espacio personal durante la práctica del baloncesto, atendiendo a las acciones y la ubicación para realizar el manejo del

deportes atléticos, con el fin de crear la competencia y vivencia en valores.

del balón



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: QUINTO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "DEMOSTRANDO MIS HABILIDADES"**

**ESTANDARES**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices

**FISICOMOTRIZ:** Valoro el desarrollo de las capacidades fisicomotrices como elementos fundamentales de la práctica de la educación física, la recreación y el deporte

**SICOMOTRIZ:**  
momento

**COMPETENCIA**

-Reconoce y e  
velocidades, t

**SITUACION  
PROBLEM.**

El baloncesto  
aplicación a  
maneras  
jugarlo.



lidad de vida en todo

liferentes direcciones y

**INDICADORES DE  
DESEMPEÑO**

ja de forma coordinada  
uno de los ejercicios  
os en el aprendizaje del  
cesto.

ravés del ejercicio,  
esta una sana  
encia y participación.

nprometido con el área  
vés de la disciplina  
nte.

oce el valor y aplica sus  
imientos del  
cesto en el juego.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: QUINTO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** "APLICANDO MIS HABILIDADES"

**ESTANDARES**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Valoro las actividades físicas que se relacionen con la expresión corporal

**FISICOMOTRIZ:** Valoro el desarrollo de las capacidades fisicomotrices como elementos fundamentales de la práctica de la educación física, la recreación y el deporte

**SICOMOTRIZ:** Práctico actividades ejecutadas en clase fuera del contexto escolar, mejorando mi calidad de vida en todo momento

**COMPETENCIA**

-Experimenta recibir un balón de voleibol, las detenciones y problemas de compañeros y compañeras

**SITUACION PROBLEMA**

¡Nada de Todo va por ai El Voleibol.



para pasar y golpear y (cambios de dirección, capacidad para solucionar problemas de los compañeros y

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

través del ejercicio, esta una sana conciencia y participación.

y desarrolla los datos hacia el balón y aplica la teoría con práctica durante el juego.

paz de asociar fuerza, posición y distancia en la ejecución de patrones de ejecución.

duce motrizmente las del voleibol (saque, de antebrazo, voleo o de

combinación saque- antebrazo-voleo)

dejar caer y sólo con la ayuda de sus brazos.

Manejo y lanzamiento del balón a cierta distancia con el fin de quitar el temor al balón y así medir distancia y

Comprende la importancia de conocer los fundamentos básicos del voleibol aplicando sus términos como el saque, rotación, dobla y llevada.

SE PRESENTA A CLASE CON LA INDUMENTARIA (CAMISETA, TENIS), HIDRATACIÓN Y TRABAJA POR REALIZAR SU MEJOR DESEMPEÑO.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

		ubicación espacial.		
--	--	---------------------	--	--

**GRADO: QUINTO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Proporcionar a los niños y niñas una alternativa de integración grupal y de expresión lúdica, recreativa, y deportiva conducentes a un desarrollo físico y armónico.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: "EXPRESANDOME RITMICAMENTE"**

**ESTANDARES**

**PERCEPTIVOMOTRIZ:** Ejecuto motrizmente los principales ritmos modernos y tradicionales, como medio de comunicarme con el otro sexo y como expresión de mi sexualidad

**FISICOMOTRIZ:**

**SICOMOTRIZ:** comunidad, u

**COMPETENCIA**

-Reconoce el  
 Que lo motiv  
 secuencias rít  
 ejecución de l

**SITUACION PROBLEM.**

Expresión rítr  
 iniciación al  
 típico  
 característico  
 reuniones  
 eventos social



plico adecuadamente  
 iles y culturales de la

a, salsa, merengue etc.  
 o en la producción de  
 aboración mutua en la

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

y se desenvuelve con  
 z, con respeto e  
 ad en el momento de  
 ir la práctica de los  
 nientos dados por el

streza y afinidad en la  
 ca del baile, hace ver su  
 nte disposición y  
 ad.

regra a las actividades  
 baile y comparte sus  
 imientos con los  
 s.

Adquirir conceptos  
 básicos a cerca del cada  
 ritmo musical como de  
 su lugar de origen y el  
 medio donde se puede  
 ejecutar.

general, la plasticidad,  
 mecanización y la  
 secuencia de cada uno de  
 los movimientos.

A través del baile, manifiesta  
 una sana convivencia y  
 participación.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

**GRADO: SEXTO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.
- Manifiestar 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conocimiento de las estructuras básicas del cuerpo para la movilidad**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades

**ESTANDAR FÍSICO**

- Afianzo los p...
- Utilizo las pr...

**ESTANDAR SOCIAL**

- Valoro mi pro...
- Comprendo y...
- Demuestro i...
- compañeros

**COMPETENCIA**

**SITUACIÓN PROBLEMA**

- ¿Qué posibilita agilidad de mi c (calentamiento



tipo  
reacción  
arterial y de los

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

iza actividades  
rices en diferentes  
pos y en diversos  
cios utilizando  
ones básicos de  
imiento como  
inar, correr, saltar,  
ar en diferentes  
:ciones, niveles y  
os.

lta el uso  
uado del uniforme  
ducación Física en  
ecución de  
idades deportivas.

general, velocidad y flexibilidad.

- Aprende a manejar de manera clara y concisa, conceptos acerca de los patrones de locomoción.
- Promueve la formación en valores a través de las



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

				actividades grupales
--	--	--	--	----------------------

**GRADO: SEXTO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.
- Manifiestar 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Afianzo, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas

**ESTANDAR FÍSICO**

- Aplico y mejoro mi calentamiento
- Mejoro las habilidades físicas

**ESTANDAR SOCIAL**

- Valoro mi rol en el equipo
- Valoro las habilidades de mis compañeros

**COMPETENCIA**

**SITUACIÓN PROBLEMA**

- ¿Qué siento e impacto en el cuerpo al experimentar diferentes formas de desplazarme?



del cuerpo, como el deporte y recreativos

equipo de mis compañeros y

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

valorar la contribución de la práctica regular y temática de un programa de actividad física y salud mental. Se interactúa motrizmente con mis compañeros para el logro de las metas lectivas. Recibe consejos y técnicas de mis profesores. Los compañeros comprenden la importancia de la respiración y la relajación en el control y dominio de su corporalidad.

Ejecución:

- Utilización correcta de los espacios y materiales y adopción de las medidas de seguridad.

un desarrollo equilibrado y de la salud.

- Mejora su capacidad de ubicación en el espacio y en el tiempo.
- Practica ejercicios combinados para mejorar su equilibrio



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

				corporal
--	--	--	--	----------

**GRADO: SEXTO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Experimento y manifiesto las habilidades motrices en la actividad física de los deportes en el juego y las actividades

**ESTANDAR FÍSICO**

- Comprendo e identifico las relaciones con las actividades físicas

**ESTANDAR SOCIAL**

- Experimento y manifiesto las habilidades motrices en la actividad física de los deportes

**ESTANDAR PSICOMOTRIZ**

- Identifico las relaciones con las actividades físicas

**ESTANDAR PSICOMOTRIZ**

- Afirmo los principios de la actividad física

**ESTANDAR SOCIAL**

- Valoro mi propia actividad física

**ESTANDAR PSICOMOTRIZ**

- Comprendo e identifico las relaciones con las actividades físicas

**COMPETENCIA**

**SITUACIÓN PROBLEMA**

- ¿Cómo se relaciona el cuerpo y mente?



Identifico las relaciones con las actividades físicas y manipulativas

Identifico las relaciones con las actividades físicas y manipulativas

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

Identifica y manifiesta las habilidades motrices en la actividad física de los deportes en el juego y las actividades físicas y manipulativas

Identifica y manifiesta las habilidades motrices en la actividad física de los deportes en el juego y las actividades físicas en el contexto de la actividad física y la valoración del juego

Identifica y manifiesta las habilidades motrices en la actividad física de los deportes en el juego y las actividades físicas en el contexto de la actividad física y la valoración del juego

- Demuestra conocimiento sobre el juego desde lo pre-deportivo

- Sugiere formas simples de jugar el baloncesto para



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

				aprenderlo más fácilmente
--	--	--	--	---------------------------

**GRADO: SEXTO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades
- Comprendo el significado y el sentido de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades
- Comprendo el significado y el sentido de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo

**ESTANDAR FÍSICO**

- Comprendo el significado y el sentido de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo
- Contribuyo al desarrollo de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo
- Mejoro las capacidades físicas en la estructura del juego colectivo

**ESTANDAR SOCIAL**

- Valoro las capacidades físicas de mis compañeros y compañeras
- Adquiero conciencia de las capacidades físicas de mis compañeros y compañeras

**COMPETENCIA**

**SITUACIÓN PROBLEMA**

- ¿Cómo me relaciono con el balón en diferentes deportes?



como un elemento que  
 deportivo y recreativos  
 de mis compañeros y  
 que realizo con mis

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

atiene vigentes las habilidades motrices que le permiten jugar y adaptarse al medio

incrementa las capacidades físicas en el contexto de respeto y valoración

conoce el reglamento básico del baloncesto necesario para desarrollar un buen juego

- Demuestra conocimiento sobre el juego desde lo pre-deportivo

progresiva comprensión de los fundamentos de los deportes

- Aceptación y valoración ajustada de las capacidades y limitaciones personales.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

				- Sugiere formas simples de jugar el baloncesto para aprenderlo más fácilmente
--	--	--	--	--

**GRADO: SEPTIMO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Desarrollar en los estudiantes las capacidades condicionales a través de rutinas y actividades lúdicas, demostrando su importancia para el deporte y como hábito para un estilo de vida saludable.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PEF**

- Practico acti medioambien

**ESTANDAR FÍSICO**

- Mejoro las c recreativos

- Reconozco y

- Reconozco q el desarrollo

**ESTANDAR SOCIAL**

- Valoro las ca compañeras

- Utilizo mis ca

- Mejoro las recreativos

**COMPETENCIAS**

límites para la i

Aplico y exp permitan intera

**SITUACIÓN PROBLEMA**

- ¿Cómo puedo i mi condición fí para realizar diferentes de actividades de diaria?



- ¿Cómo puedo i mi condición fí para realizar diferentes de actividades de diaria?

- Capacidades físicas y su respectiva clasificación
- Capacidades Condicionales
  - Resistencia

- Diferenciación entre las actividades que necesitan resistencia aeróbica y anaeróbica.
- Elaboración de planes o rutinas que mejoren adecuadamente la resistencia.

- Reconocimiento de las diferencias en cuanto a

lo y respeto el  
 jos deportivos y  
 de habilidades y  
 is compañeros y  
 jos deportivos y  
 uenta sus  
 s que me

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

ce los limites en to a pulsaciones saber si se está ijando  
 resistencia aeróbica o anaeróbica  
 - Aplica lo aprendido en su vida diaria  
 - Elabora rutinas para mejorar la capacidad condicional



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbica</li> <li>• Resistencia</li> <li>• Anaeróbica</li> </ul>	- Descripción de las características de cada una de las modalidades de resistencia.	características y usos de cada modalidad de resistencia	resistencia
--	---	---	---	-------------

**GRADO: SEPTIMO**

**PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Desarrollar en los estudiantes las capacidades condicionales a través de rutinas y actividades lúdicas, demostrando su importancia para el deporte y como hábito para un estilo de vida saludable.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PEF**

- Identifico y valoro mi sociedad

**ESTANDAR FÍSICO**

- Afianzo los principios de la recreación

**ESTANDAR SOCIAL**

- Reconoce los límites de la adecuada interacción
- Aplico y explico formas de interactuar e

**COMPETENCIA**

recreación

**SITUACIONES**

**PROBLEMAS**

- ¿Por qué algunas personas son más ágiles para realizar movimientos?



...rar mi salud y la de la

...cuenta sus límites para

...ices que me permitan

...sica, el deporte y la

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

...cuta ejercicios de flexibilidad con amplitud en el grado de las articulaciones y con auto cuidado

...aliza actividades de coordinación general con eficiencia de movimientos

...ectúa Actividades de coordinación óculo-manual y óculo-pédica con eficacia

- Reconoce la importancia del auto cuidado y el cuidado del otro, en la ejecución de actividades de flexibilidad y coordinación.

- Propone creativamente nuevos ejercicios para el



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

				trabajo de coordinación y flexibilidad
--	--	--	--	--

**GRADO: SEPTIMO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Desarrollar en los estudiantes las capacidades condicionales a través de rutinas y actividades lúdicas, demostrando su importancia para el deporte y como hábito para un estilo de vida saludable.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PEF**

- Experimento

**ESTANDAR FÍSIC**

- Afianzo los p

**ESTANDAR SOC**

- Adquiero co  
compañeros

**COMPETENCIA**

- Reconoce los  
realización y
- Aplico y exp  
interactuar e

**SITUACIONES PROBLEMA**

- ¿No quiero  
último, que  
para remedia



y las actividades

que realizo con mis

ntes para la adecuada

rices que me permitan

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

scribe las  
características y  
diferencias entre las  
modalidades que  
componen en la  
capacidad condicional  
de velocidad

ejecuta actividades de  
de velocidad con economía  
de movimientos

- |   |   |   |
|---|---|---|
| involucre la<br>velocidad de<br>reacción, teniendo<br>en cuenta estímulos<br>visuales, sonoros y<br>táctiles. | secuencial y<br>responsable.  | - Realiza diferentes tipos<br>de desplazamientos con<br>eficiencia.         |
| - Practica de   | - Proposición<br>actividades creativas<br>para el trabajo con<br>la capacidad motriz<br>velocidad | - Efectúa con claridad<br>ejercicios de agilidad y<br>velocidad de reacción |



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

		actividades que mejoren la velocidad, teniendo presente la eficiencia del movimiento.		
--	--	---	--	--

**GRADO: SEPTIMO**

**PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Desarrollar en los estudiantes las capacidades condicionales a través de rutinas y actividades lúdicas, demostrando su importancia para el deporte y como hábito para un estilo de vida saludable

**EJES GENERALES**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PSICOMOTRIZ**

- Practico diferentes tipos de movimientos

**ESTANDAR FÍSICO**

- Comprendo la importancia de la actividad física y cómo contribuye al bienestar personal y social.

**ESTANDAR SOCIAL**

- Comparto mi experiencia y conocimientos con otros.

**ESTANDAR CULTURAL**

- Comprendo e interpreto los valores culturales de mi comunidad y los respeto.

**COMPETENCIAS**

- Reconoce los diferentes tipos de movimientos y su importancia para la realización de actividades físicas.

- Aplico y explico los conocimientos adquiridos para interactuar con otros.

- Reconoce y respeta los valores culturales de mi comunidad y los aplica en su vida cotidiana.

**SITUACIONES PROBLEMAS**

- ¿Qué hacer cuando no puedo hacer algunos ejercicios incluso mi cuerpo?



como un elemento que

ites para la adecuada

ices que me permitan

**INDICADORES DE DESEMPEÑO**

entifica y ubica en su cuerpo los músculos principales

ctúa ejercicios musculares con eficiencia y movimiento

cuta ejercicios musculares individuales y en equipo, teniendo en cuenta el auto cuidado y el cuidado por el otro

- Explica cómo hacer un determinado ejercicio y qué tipo de fuerza trabaja con éste.

- Diferenciación entre ejercicios para el trabajo de fuerza máxima, fuerza resistencia y fuerza explosiva.

- Conocimiento y

- Explica las condiciones para la realización de un determinado ejercicio, para una de las modalidades de la capacidad condicional fuerza.



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

		diferenciación entre los conceptos: rutina, circuito, repetición. serie,	- Analiza un ejercicio muscular y su efecto en cuanto al sistema muscular.	- Argumenta el porqué de la realización de ciertos ejercicios
--	--	--	--	---

**GRADO: OCTAVO**

**PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:** Iniciar a los estudiantes en la formación deportiva, a través del aprendizaje práctico de los conceptos básicos de los deportes de voleibol, baloncesto, balonmano, fútbol de salón y atletismo

<b>EJES GENERALES</b>				
<b>ESTANDARES</b>				
<b>ESTANDAR PERCEPTIVO</b> - Comprendo e interpreto los mensajes que se transmiten a través de las expresiones motrices que me permitan				
<b>ESTANDAR FÍSICO</b> - Realizo juegos deportivos y actividades recreativas que me permitan mantener y mejorar mi salud				
<b>ESTANDAR SOCIOAFECTIVO</b> - Hago buen uso de la recreación y el deporte que me permiten vivir mejor y relacionarme con los demás. Reconozco y respeto las normas que rigen la sociedad y las actitudes que favorecen el bienestar personal y social.				
<b>COMPETENCIAS</b> - Practico el deporte de manera responsable, propendiendo al desarrollo personal y del grupo. - Afianzo y fortalezo mi estilo de vida saludable.				
<b>SITUACION PROBLEMA</b>				
- ¿Qué deporte implica mayor resistencia y qué deporte requiere mayor fuerza? ¿Qué deporte implica mayor resistencia y qué deporte requiere mayor fuerza?	- movimientos básicos	- baloncesto - Conocimiento del objetivo del juego - Aplicación del reglamento (lo esencial) en la práctica - Realización de jugadas y movimientos básicos (desplazamientos,	- Propone alternativas para la aprehensión del deporte - Promueve espacios de encuentro para la práctica del baloncesto - Realización de actividades con buena disposición - Promoción de hábitos a la	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b> - Identifica y aplica las reglas del baloncesto - Identifica de manera adecuada en las diferentes situaciones que se le asignan la práctica del deporte
				- Se centra en el objetivo del juego - Efectúa el pase, el lanzamiento y los desplazamientos de forma clara



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

		<p>pases, lanzamientos, etc.) durante la práctica del deporte.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconocimiento del baloncesto como deporte para el trabajo en equipo</li> </ul>	<p>no violencia dentro y fuera del juego.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Admite que el trabajo en equipo es esencial para la práctica del baloncesto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demuestra tolerancia por el aprendizaje de sus compañeros</li> <li>- Promueve el diálogo ante situaciones hostiles dentro y fuera del juego</li> <li>- Realiza trabajo colectivo y colaborativo</li> </ul>
--	--	---	---	---

**GRADO: OCTAVO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Iniciar a los estudiantes en la formación deportiva, a través del aprendizaje practico de los conceptos básicos de los deportes de voleibol, baloncesto, balonmano y fútbol de salón.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** Conceptos Básicos para la práctica del deporte

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Comprendo e interpreto conceptos en la reglamentación, relacionados con el manejo del tiempo y el espacio de las expresiones motrices
- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Realizo juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicomotrices que contribuyen al mejoramiento de mi salud
- Adquiero dominio en la ejecución de las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento, recreativas y deportivas

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Hago buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que me permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte
- Reconozco y respeto las reglas de los juegos y las expresiones motrices como posibilidad de entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad

**COMPETENCIAS**

Practico el deporte del Futbol sala teniendo presente las reglas básicas del mismo, al igual que los movimientos básicos para su ejecución, propendiendo por el trabajo en equipo, que me lleva a mejorar mis habilidades sociales y competencias ciudadanas.

- Afianzo y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito

SITUACION PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>¿Qué deporte puedo practicar, que implique velocidad, resistencia y que se pueda hacer con los pies?</p>	<p>FUTBOL – SALA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptos básicos La cancha</li> <li>- Los jugadores Objetivo del juego Reglas esenciales Jugadas y movimientos básicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y descripción del espacio de juego para el futbol – sala</li> <li>- Reconocimiento y diferenciación las posiciones y funciones de cada jugador en futbol – sala</li> <li>- Conocimiento del objetivo del juego</li> <li>- Aplicación del reglamento (lo esencial) en la práctica</li> <li>- Realización de jugadas y movimientos básicos (desplazamientos, pases, tiros al arco, etc.) durante la práctica del deporte.</li> <li>- Reconocimiento del futbol - sala como deporte para el trabajo en equipo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manifestaciones de respeto frente al reglamento</li> <li>- Reconocimiento de las habilidades de sus compañeros frente a determinadas posiciones durante el juego.</li> <li>- Propone alternativas para la aprehensión del deporte</li> <li>- Promueve espacios de encuentro para la práctica del Futbol – sala</li> <li>- Realización de actividades con buena disposición</li> <li>- Promoción de hábitos a la no violencia dentro y fuera del juego.</li> <li>- Admite que el trabajo en equipo es esencial para la práctica del futbol – sala</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entiende y aplica las reglas básicas del futbol - sala</li> <li>- Se ubica de manera eficiente en las diferentes posiciones que se le asignan para la práctica del futbol - sala</li> <li>- Se centra en el objetivo del juego</li> <li>- Efectúa el pase y los desplazamientos de forma clara</li> <li>- Demuestra tolerancia por el aprendizaje de sus compañeros</li> <li>- Promueve el diálogo ante situaciones hostiles dentro y fuera del juego</li> <li>- Realiza trabajo colectivo y colaborativo</li> </ul>
---	--	---	--	---

**GRADO: OCTAVO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- Iniciar a los estudiantes en la formación deportiva, a través del aprendizaje practico de los conceptos básicos de los deportes de voleibol, baloncesto, balonmano y fútbol de salón.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES:** Conceptos Básicos para la práctica del deporte

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Comprendo e interpreto conceptos en la reglamentación, relacionados con el manejo del tiempo y el espacio de las expresiones motrices
- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Realizo juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades fisicomotrices que contribuyen al mejoramiento de mi salud
- Adquiero dominio en la ejecución de las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento, recreativas y deportivas

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Hago buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que me permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte
- Reconozco y respeto las reglas de los juegos y las expresiones motrices como posibilidad de entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad

**COMPETENCIAS**

- Practico el deporte del voleibol teniendo presente las reglas básicas del mismo, al igual que los movimientos básicos para su ejecución, propendiendo por el trabajo en equipo, que me lleva a mejorar mis habilidades sociales y competencias ciudadanas.
- Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito

SITUACION PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>- ¿Qué deporte puedo practicar, que implique velocidad de reacción, potencia y que se realice con las manos?</p>	<p><b>VOLEIBOL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptos básicos</li> <li>- La cancha</li> <li>- Los jugadores</li> <li>- Objetivo del juego</li> <li>- Reglas esenciales</li> <li>- Jugadas y movimientos</li> <li>- básicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y descripción del espacio de juego para el voleibol</li> <li>- Reconocimiento y diferenciación de las posiciones y funciones de cada jugador en voleibol</li> <li>- Conocimiento del objetivo del juego</li> <li>- Aplicación del reglamento (lo esencial) en la práctica</li> <li>- Realización de jugadas y movimientos básicos (desplazamientos, pases, servicio, etc.) durante la práctica del deporte.</li> <li>- Reconocimiento del voleibol como deporte para el trabajo en equipo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manifestaciones de respeto frente al reglamento</li> <li>- Reconocimiento de las habilidades de sus compañeros frente a determinadas posiciones durante el juego.</li> <li>- Propone alternativas para la aprehensión del deporte</li> <li>- Promueve espacios de encuentro para la práctica del voleibol</li> <li>- Realización de actividades con buena disposición</li> <li>- Promoción de hábitos a la no violencia dentro y fuera del juego.</li> <li>- Admite que el trabajo en equipo es esencial para la práctica del voleibol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entiende y aplica las reglas básicas del voleibol</li> <li>- Se ubica de manera eficiente en las diferentes posiciones que se le asignan para la práctica del voleibol</li> <li>- Realiza rotación de manera fluida</li> <li>- Se centra en el objetivo del juego</li> <li>- Efectúa el pase, el servicio y los desplazamientos de forma clara</li> <li>- Demuestra tolerancia por el aprendizaje de sus compañeros</li> <li>- Promueve el diálogo ante situaciones hostiles dentro y fuera del juego</li> <li>- Realiza trabajo colectivo y colaborativo</li> </ul>
---	---	--	--	---

**GRADO: OCTAVO PERIODO: 4**

<p><b>OBJETIVOS DE GRADO:</b> Iniciar a los estudiantes en la formación deportiva, a través del aprendizaje practico de los conceptos básicos de los deportes de voleibol, baloncesto, balonmano y fútbol de salón.</p>			
<p><b>EJES GENERADORES O COMPONENTES:</b> <b>Conceptos Básicos para la práctica del deporte</b></p>			
<p><b>ESTANDARES</b></p>			
<p><b>ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ</b></p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprendo e interpreto conceptos en la reglamentación, relacionados con el manejo del tiempo y el espacio de las expresiones motrices</li> <li>- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto</li> </ul>			
<p><b>ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ</b></p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizo juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas motrices que contribuyen al mejoramiento de mi salud</li> <li>- Adquiero dominio en la ejecución de las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento, recreativas y deportivas</li> </ul>			
<p><b>ESTANDAR SOCIOMOTRIZ</b></p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hago buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que me permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte</li> <li>- Reconozco y respeto las reglas de los juegos y las expresiones motrices como posibilidad de entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad</li> </ul>			
<p><b>COMPETENCIAS</b></p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Practico el deporte del Microfútbol, teniendo presente las reglas básicas del mismo, al igual que los movimientos básicos para su ejecución, propendiendo por el trabajo en equipo, que me lleva a mejorar mis habilidades sociales y competencias ciudadanas.</li> <li>- Afianzo y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</li> </ul>			
<p><b>SITUACION PROBLEMA</b></p>	<p><b>CONTENIDOS</b></p>		<p><b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b></p>
	<p><b>Conceptuales</b></p>	<p><b>Procedimentales</b></p>	<p><b>Actitudinales</b></p>



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Existen algún deporte que me permita mezclar el fútbol y el baloncesto?</li> </ul>	<p><b>MICRO FUTBOL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptos básicos</li> <li>- La cancha</li> <li>- Los jugadores</li> <li>- Objetivo del juego</li> <li>- Reglas esenciales</li> <li>- Jugadas y movimientos básicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y descripción del espacio de juego para el Micro fútbol y el fútbol sala</li> <li>- Reconocimiento y diferenciación las posiciones y funciones de cada jugador en Micro</li> <li>- Conocimiento del objetivo del juego</li> <li>- Aplicación de reglamento (lo esencial) en la práctica</li> <li>- Realización de jugadas y movimientos básicos (desplazamientos, pases, tiros al arco, etc.) durante la práctica del deporte.</li> <li>- Reconocimiento del Microfútbol como deporte para el trabajo en equipo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manifestaciones de respeto frente al reglamento</li> <li>- Reconocimiento de las habilidades de sus compañeros frente a determinadas posiciones durante el juego.</li> <li>- Propone alternativas para la aprehensión del deporte</li> <li>- Promueve espacios de encuentro para la práctica del Microfútbol</li> <li>- Realización de actividades con buena disposición</li> <li>- Promoción de hábitos a la no violencia dentro y fuera del juego.</li> <li>- Admite que el trabajo en equipo es esencial para la práctica del Microfútbol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entiende y aplica las reglas básicas del micro fútbol y el futsal</li> <li>- Se ubica de manera eficiente en las diferentes posiciones que se le asignan para la práctica del Microfútbol</li> <li>- Se centra en el objetivo del juego</li> <li>- Efectúa el pase y los desplazamientos de forma clara</li> <li>- Demuestra tolerancia por el aprendizaje de sus compañeros</li> <li>- Promueve el diálogo ante situaciones hostiles dentro y fuera del juego</li> <li>- Realiza trabajo colectivo y colaborativo</li> </ul>
--	--	--	--	--

**GRADO: NOVENO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Técnicos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Reconozco y aplico test de capacidades y habilidades que me permitan evidenciar mi condición física
- Reconozco que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo mis capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo
- Reconozco y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices
- Asumo la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como un espacio de aprendizaje para mi vida cotidiana

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
- ¿Qué hacer para que el futbol – sala sea un deporte fluido y estéticamente agradable?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conducta de entrada</li> <li>- Test físico-motrices y sus tablas comparativas</li> <li>- Capacidades físicas y su respectiva clasificación</li> <li>- Fundamentos técnicos del futbol de salón</li> <li>- Reglamento de futbol de salón</li> <li>- Introducción al planillaje de futbol de salón.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecución de los test físico-motrices</li> <li>- Comparación de resultados test físico-motrices con las tablas estandarizadas</li> <li>- Actividades para el desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas</li> <li>- Fundamentos técnicos: pases, recepción, conducción, pateo, fintas, saques, dribling, cabeceo, atajadas,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Auto cuidado</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprensión y ejecución de los test físico-motrices de acuerdo con los parámetros establecidos.</li> <li>- Identificación y aplicación de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas valorando su actitud de trabajo como factor relevante en el mejoramiento de su condición física.</li> <li>- Valoración y disfrute de la actividad física como una forma de mejorar su salud y bienestar</li> <li>- Aplicación e identificación de algunos elementos teóricos para el Planillaje y juzgamiento del futbol de salón.</li> </ul>

**GRADO: NOVENO**

**PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Técnicos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Reconozco y aplico test de capacidades y habilidades que me permitan evidenciar mi condición física
- Reconozco que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo mis capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo
- Reconozco y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices
- Asumo la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como un espacio de aprendizaje para mi vida cotidiana

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
- ¿Por qué es significativo mejorar mis capacidades motrices básicas para el cuidado de la salud?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parámetros de trabajo segundo periodo</li> <li>- Capacidades físicas: La resistencia</li> <li>- Tipos de juegos (Juegos cooperativos, juegos pre deportivos, juegos tradicionales, juegos de mesa, rondas infantiles).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica y clasifica los diversos tipos de resistencia</li> <li>- Realización de los juegos cooperativos juegos pre deportivos, juegos tradicionales, juegos de mesa, rondas infantiles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Auto cuidado</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y aplicación de ejercicios para el desarrollo de la resistencia valorando su actitud de trabajo como factor relevante en el mejoramiento de su condición física.</li> <li>- Clasificación y ejecución de los distintos tipos de juegos participando en cada una de las actividades propuestas</li> <li>- Cooperación en las actividades grupales propuestas: asumiendo una actitud positiva.</li> </ul>

**GRADO: NOVENO**

**PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Técnicos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Reconozco y aplico test de capacidades y habilidades que me permitan evidenciar mi condición física
- Reconozco que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo mis capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo
- Reconozco y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices
- Asumo la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como un espacio de aprendizaje para mi vida cotidiana

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
¿Qué hacer para que el Voleibol sea un deporte fluido y estéticamente agradable?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parámetros de trabajo Tercer periodo</li> <li>- Fundamentos técnicos del voleibol</li> <li>- Capacidades físicas: La fuerza</li> <li>- Reglamento de voleibol</li> <li>- Introducción al planillaje de voleibol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos técnicos: Saque, golpe de antebrazos, golpe de dedos, recepción, pase y remate.</li> <li>- Identifica y clasifica los diversos tipos de resistencia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Auto cuidado</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y aplicación de ejercicios para el desarrollo de la fuerza valorando su actitud de trabajo como factor relevante en el mejoramiento de su condición física.</li> <li>- Ejecución de los fundamentos técnicos del voleibol para una adecuada práctica deportiva enmarcada en el concepto de juego limpio.</li> <li>- Aplicación e identificación de algunos elementos teóricos para el Planillaje y juzgamiento del voleibol.</li> </ul>

**GRADO: NOVENO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Técnicos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Reconozco y aplico test de capacidades y habilidades que me permitan evidenciar mi condición física
- Reconozco que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo mis capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo
- Reconozco y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices
- Asumo la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como un espacio de aprendizaje para mi vida cotidiana

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN	CONTENIDOS	INDICADORES DE
-----------	------------	----------------



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

PROBLEMA	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	DESEMPEÑO
¿Qué hacer para que el Baloncesto sea un deporte fluido y estéticamente agradable?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parámetros de trabajo cuarto periodo</li> <li>- Fundamentos técnicos del baloncesto</li> <li>- Capacidades físicas: Velocidad y flexibilidad</li> <li>- Reglamento de baloncesto</li> <li>- Introducción al planillaje de baloncesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos técnicos: Drible, pase, lanzamiento, acciones ofensivas y acciones defensivas.</li> <li>- Identifica y clasifica los diversos tipos de velocidad y flexibilidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Auto cuidado</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificación y aplicación de ejercicios para el desarrollo de la velocidad y la flexibilidad valorando su actitud de trabajo como factor relevante en el mejoramiento de su condición física.</li> <li>- Ejecución de los fundamentos técnicos del baloncesto para una adecuada práctica deportiva enmarcada en el concepto de juego limpio.</li> <li>- Aplicación e identificación de algunos elementos teóricos para el planillaje y juzgamiento del baloncesto.</li> </ul>

**GRADO: DECIMO PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Tácticos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual
- Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas
- Reconozco la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores
- Interpreto y aplico adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
¿Qué hacer para	- Conducta de entrada	- Los diferentes test	- Trabajo en equipo en	- Determinación de su condición



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>que el futbol – sala que practicamos en la institución no se vea cómo algo improvisado?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica básica y fundamental.</li> <li>- Principios de Juego: futbol de salón.</li> <li>- Reglamento de juego: fútbol de salón.</li> <li>- Formatos y tablas estandarizadas para el análisis de resultados de los test</li> <li>- Conceptos básicos de organización de eventos deportivos</li> </ul>	<p>físico-motrices</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos técnicos básicos del fútbol de salón.</li> <li>- Sistemas básicos de juego.</li> <li>- Aplicar normas y principios de Juego.</li> <li>- Comparar resultados de los test físico-motrices con las tablas estandarizadas</li> </ul>	<p>las actividades desarrolladas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis crítico y aportes significativos al proceso.</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> <li>- Apropiación de los conocimientos y multiplicación del mismo para su bienestar y el de los demás.</li> <li>- Responsabilidad con su proceso de desarrollo motriz.</li> </ul>	<p>física analizando cuadros comparativos asumiendo una actitud de trabajo apropiada para el mejoramiento de las capacidades físicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planeación y organización de torneo de futbol de salón asumiendo su responsabilidad con autonomía y determinación.</li> <li>- Aplicación de conceptos teóricos básicos de administración deportiva en la planeación y ejecución de torneos</li> <li>- Exposición y aplicación de los conceptos de organización de eventos deportivos cooperando en el fortalecimiento de la sana convivencia.</li> </ul>
--	---	--	--	---

**GRADO: DECIMO PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Tácticos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual
- Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas
- Reconozco la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores
- Interpreto y aplico adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>¿Cómo hacer una clase de ed. Física?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organización de eventos recreativos festival y carrusel utilizando los diferentes tipos juegos.</li> <li>- Capacidades físicas con su respectiva clasificación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exposición del evento recreativo asignado.</li> <li>- Actividades para el mejoramiento y mantenimiento de las capacidades físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Auto cuidado</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptualización y organización de eventos lúdicos y recreativos, con autonomía y determinación</li> <li>- Realización de actividades para el desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas</li> <li>- Exposición y aplicación de los conceptos de organización de eventos recreativos propendiendo por fortalecer la sana convivencia.</li> </ul>
---	--	---	---	---

**GRADO: DECIMO PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Tácticos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual
- Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas
- Reconozco la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores
- Interpreto y aplico adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
¿Qué hacer para que	- Técnica básica	- Fundamentos técnicos	- Trabajo en equipo en	- Análisis y aplicación de



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>el Voleibol que practicamos en la institución no se vea cómo algo improvisado?</p>	<p>fundamental.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Principios de Juego: Voleibol.</li> <li>- Reglamento de juego: voleibol.</li> <li>- Capacidades físicas: Plan de trabajo físico fundamentos básicos</li> </ul>	<p>básicos del voleibol.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistemas básicos de juego.</li> <li>- Aplicar normas y principios de Juego.</li> <li>- Fundamentos básicos para el desarrollo de planes de trabajo físico: Intensidad, volumen, frecuencia, carga, series, repeticiones, ejercicio.</li> <li>- Aplicar normas y principios de juego.</li> </ul>	<p>las actividades desarrolladas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis crítico y aportes significativos al proceso.</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> <li>- Apropiación de los conocimientos y multiplicación del mismo para su bienestar y el de los demás.</li> <li>- Responsabilidad con su proceso de desarrollo motriz.</li> </ul>	<p>conceptos básicos de preparación física, interiorizando la necesidad de una práctica adecuada de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planeación y organización de un torneo de voleibol asumiendo su responsabilidad con autonomía y determinación.</li> <li>- Exposición y aplicación de los conceptos de organización de eventos deportivos cooperando en el fortalecimiento de la sana convivencia.</li> </ul>
---	---	---	--	--

**GRADO: DECIMO PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Conceptos Tácticos para la práctica del deporte**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual
- Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas
- Reconozco la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores
- Interpreto y aplico adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
¿De qué manera el	- Técnica básica y	- Fundamentos técnicos	- Trabajo en equipo en	- Análisis y aplicación de



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>realizar actividad física, incrementa el nivel de autonomía en el desarrollo de tareas motoras y juegos, aplicando fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos?</p>	<p>fundamental diversos deportes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Principios de Juego diversos deportes.</li> <li>- Reglamento de juego diversos deportes.</li> <li>- Capacidades físicas: Plan de trabajo físico fundamentos básicos</li> </ul>	<p>básicos diversos deportes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistemas básicos de juego diversos deportes.</li> <li>- Aplicar normas y principios de Juego de diversos deportes: Rugby, balonmano, tenis de mesa, hockey, Ultimate, béisbol.</li> <li>- Fundamentos básicos para el desarrollo de planes de trabajo físico: Intensidad, volumen, frecuencia, carga, series, repeticiones, ejercicio.</li> </ul>	<p>las actividades desarrolladas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis crítico y aportes significativos al proceso.</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> <li>- Apropiación de los conocimientos y multiplicación del mismo para su bienestar y el de los demás.</li> <li>- Responsabilidad con su proceso de desarrollo motriz</li> </ul>	<p>conceptos básicos de preparación física, interiorizando la necesidad de una práctica adecuada de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planeación y exposición de diversos deportes aplicando los conceptos de organización de eventos deportivos propendiendo por fortalecer la sana convivencia.</li> <li>- Reconocimiento y aplicación de los principios básicos de la actividad física interiorizando la importancia de adquirir hábitos de vida saludables.</li> </ul>
--	---	--	---	--

**GRADO: ONCE PERIODO: 1**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Preparación Física para la práctica del deporte y la vida diaria**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de mi desarrollo psicosexual
- Reconozco la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Conozco las posibilidades de mi cuerpo y a partir de ello propendo por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas
- Planeo y ejecuto un plan personal de preparación física para el mantenimiento de mi salud
- Reconozco las capacidades fisicomotrices como expresiones de una buena salud

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales
- Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacios públicos deportivos de mi comunidad

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>¿De qué manera las actividades físicas y recreativas, se convierten en estrategias o recursos para ocupar el tiempo libre y de ocio?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conducta de entrada</li> <li>- Test físico-motores.</li> <li>- Organización de eventos deportivos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecución de los test físico-motrices</li> <li>- Comparación de resultados test físico-motrices con las tablas estandarizadas</li> <li>- Planeación de actividades para el mejoramiento y mantenimiento de las capacidades físicas.</li> <li>- Organizar torneos deportivos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Auto cuidado</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinación de su condición física analizando cuadros comparativos asumiendo una actitud de trabajo apropiada para su mejoramiento físico.</li> <li>- Planeación y organización de un torneo de fútbol de salón asumiendo su responsabilidad con autonomía y determinación.</li> <li>- Exposición y aplicación de los conceptos de organización de eventos deportivos propendiendo por fortalecer la sana convivencia.</li> </ul>
---	--	---	---	--

**GRADO: ONCE PERIODO: 2**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Preparación Física para la práctica del deporte y la vida diaria**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de mi desarrollo psicosexual
- Reconozco la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Conozco las posibilidades de mi cuerpo y a partir de ello propendo por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas
- Planeo y ejecuto un plan personal de preparación física para el mantenimiento de mi salud
- Reconozco las capacidades fisicomotrices como expresiones de una buena salud

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales
- Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacios públicos deportivos de mi comunidad

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿De qué manera las actividades físicas y recreativas, se convierten en estrategias o recursos para ocupar el tiempo libre y de ocio?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organización de eventos recreativos: Juegos múltiples y bazar</li> <li>- Capacidades físicas con su respectiva clasificación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar y exponer el evento recreativo asignado</li> <li>- Actividades para el desarrollo y mejoramiento de las capacidades físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Análisis crítico y aportes significativos al proceso</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> <li>- Apropiación de los conocimientos y multiplicación del mismo para su bienestar y el de los demás.</li> <li>- Responsabilidad con su proceso de desarrollo motriz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación de cargas de trabajo para el mejoramiento de su condición física analizando cuadros comparativos y asumiendo una actitud de trabajo apropiada.</li> <li>- Planeación y organización de eventos recreativos asumiendo su responsabilidad con autonomía y determinación.</li> <li>- Exposición y aplicación de los conceptos de organización de eventos recreativos cooperando con el fortalecimiento de la sana convivencia.</li> </ul>
--	--	---	--	--

**GRADO: ONCE PERIODO: 3**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Preparación Física para la práctica del deporte y la vida diaria**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de mi desarrollo psicosexual
- Reconozco la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Conozco las posibilidades de mi cuerpo y a partir de ello propendo por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas
- Planeo y ejecuto un plan personal de preparación física para el mantenimiento de mi salud
- Reconozco las capacidades fisicomotrices como expresiones de una buena salud

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales
- Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacios públicos deportivos de mi comunidad

**COMPETENCIA: Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación**

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	
- ¿Cómo podemos dar a conocer las posibilidades	- Técnica básica y fundamental.	- Fundamentos técnicos básicos del voleibol. - Sistemas básicos de juego.	- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas.	- Análisis y aplicación de conceptos básicos de preparación física, interiorizando la necesidad de



# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>expresivas y comunicativas desde el voleibol?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Principios de Juego: Voleibol.</li> <li>- Reglamento de juego: voleibol.</li> <li>- Capacidades físicas: Plan de trabajo físico fundamentos básicos</li> <li>- Conceptos de deporte, ejercicio físico, prevención, actividad física, aptitud física, salud</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicar normas y principios de Juego.</li> <li>- Fundamentos básicos para el desarrollo de planes de trabajo físico: Intensidad, volumen, frecuencia, carga, series, repeticiones, ejercicio.</li> <li>- Aplicar normas y principios de juego.</li> <li>- Ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.</li> <li>- Diversas actividades que le posibiliten realizar una actividad física acorde a las necesidades individuales.</li> <li>- Identificar sus necesidades individuales y los ejercicios físicos que requiere para mejorar y/o mantener su condición física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis crítico y aportes significativos al proceso.</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> <li>- Apropiación de los conocimientos y multiplicación del mismo para su bienestar y el de los demás.</li> <li>- Responsabilidad con su proceso de desarrollo motriz.</li> </ul>	<p>una práctica adecuada de la actividad física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actitud de trabajo apropiada.</li> <li>- Adaptación de cargas de trabajo para el mejoramiento de su condición física analizando cuadros comparativos.</li> <li>- Planeación y organización de un torneo de voleibol asumiendo su responsabilidad con autonomía y determinación.</li> <li>- Comprensión y programación de actividades físicas que le permitan mejorar su condición física mostrando su interés por generar una cultura física que permita incorporar a su entorno social hábitos de vida saludables</li> <li>- Exposición y aplicación de los conceptos de organización de eventos deportivos cooperando en el fortalecimiento de la sana convivencia.</li> </ul>
--	--	--	--	--

**GRADO: ONCE PERIODO: 4**

**OBJETIVOS DE GRADO:**

- 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.

**EJES GENERADORES O COMPONENTES: Preparación Física para la práctica del deporte y la vida diaria**

**ESTANDARES**

**ESTANDAR PERCEPTIVO-MOTRIZ**

- Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de mi desarrollo psicosexual
- Reconozco la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable

**ESTANDAR FÍSICO-MOTRIZ**

- Conozco las posibilidades de mi cuerpo y a partir de ello propendo por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas
- Planeo y ejecuto un plan personal de preparación física para el mantenimiento de mi salud
- Reconozco las capacidades fisicomotrices como expresiones de una buena salud

**ESTANDAR SOCIOMOTRIZ**

- Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales
- Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacios públicos deportivos de mi comunidad

**COMPETENCIA:** Adquisición de hábitos de vida saludable mediante la práctica organizada de la actividad física, el deporte y la recreación

SITUACIÓN PROBLEMA	CONTENIDOS			INDICADORES DE DESEMPEÑO
	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

<p>¿Cómo realizar algún deporte, sin tener presente todas las reglas y pudiendo modificarlo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnica básica y fundamental diversos deportes.</li> <li>- Principios de Juego diversos deportes.</li> <li>- Reglamento de juego diversos deportes.</li> <li>- Capacidades físicas: Plan de trabajo físico fundamentos básicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos técnicos básicos diversos deportes.</li> <li>- Sistemas básicos de juego diversos deportes.</li> <li>- Aplicar normas y principios de Juego de diversos deportes.</li> <li>- Nuevas tendencias deportivas: Skate, Roller, Parkour, Capoeira, Freestyle Fútbol, Ultimate, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabajo en equipo en las actividades desarrolladas</li> <li>- Análisis crítico y aportes significativos al proceso</li> <li>- Respeto por el trabajo realizado en clase, sus compañeros y los implementos de trabajo.</li> <li>- Apropiación de los conocimientos y multiplicación del mismo para su bienestar y el de los demás.</li> <li>- Responsabilidad con su proceso de desarrollo motriz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación de cargas de trabajo para el mejoramiento de su condición física analizando cuadros comparativos y asumiendo una actitud de trabajo apropiada.</li> <li>- Planeación y exposición de diferentes deportes valorando el aporte que estos hacen a la actividad física.</li> <li>- Demostración y proyección de una actitud que valora la importancia de la práctica de la actividad física de forma sistemática y organizada como habito de vida saludable.</li> </ul>
--	--	---	--	---

## 10. Integración curricular

Actividades y procesos de articulación con otras áreas o proyectos de enseñanza obligatoria:

Aprovechamiento del tiempo libre. Las integraciones curriculares desde los proyectos de enseñanza obligatoria se constituyen en una oportunidad en la formación de los estudiantes, ya que permiten la articulación de contenidos, actividades y procesos por medio de los cuales se potencialicen las dimensiones del ser humano desde los intereses y las necesidades de niños, niñas y jóvenes en beneficio de la comunidad en general. El área de Educación Física, Recreación y Deporte, con su proyecto de aprovechamiento del tiempo libre, posibilita en su estructura curricular procesos y actividades articuladoras como:

- Hábitos y estilos de vida saludable: los estudiantes adquieren actitudes en beneficio de su salud y promoción de adecuados hábitos de vida desde la práctica motriz, nutrición, salud mental y social.
- Reconocimiento y valoración de sí mismo: desde la promoción de valores los estudiantes se reconocen en un contexto, adoptando posturas reflexivas en cuando a la competencia axiológica corporal.
- Trabajo colaborativo: es indispensable para el entrenamiento de las habilidades de trabajo en equipo y la relación con el otro para las actividades cotidianas.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 8.1 Otras integraciones:

- Educación ambiental. El uso adecuado de los espacios y su conservación, el cuidado del entorno y de sí mismo, la preservación de los recursos naturales y la multiplicación de estos saberes en su comunidad.
- Educación sexual y construcción de ciudadanía. El cuidado y vivencia de su corporeidad, la adecuada relación con los demás, la expresión de las identidades y el respeto por las diferencias, en beneficio del desarrollo personal y colectivo. Así mismo, la expresión de las vivencias corporales y sus sensaciones, permitiendo su valoración en la construcción de una ecología humana sensata.
- Valores y ética. El respeto por el otro y la capacidad para entender los espacios que ocupa, pensamientos, expresiones corporales y emocionales; que a través de un trabajo colectivo favorecen la sana convivencia
- Desde todas las áreas del saber. Como una oportunidad para aplicar metodologías activas, participativas y creativas que propicien el disfrute de nuevos aprendizajes.

## 11. Metodología y estrategias pedagógicas

El trabajo será práctico orientado hacia el descubrimiento, desarrollo y aplicación de habilidades y destrezas encaminadas a desarrollar la competencia motriz y de igual forma a engrandecer el potencial creativo, la capacidad analítica y el espíritu de investigación. Esta se procurará mediante la aplicación de diferentes métodos de acuerdo a cada actividad de aprendizaje.

Los contenidos responden a los logros basados en ellas y se logran mediante actividades; sus alcances se determinan por medio de la evaluación cuantitativa y cualitativa que al efectuarse da información de retorno para el ajuste de todo o parte del proceso. Así pues, la metodología en Educación física, se plantea como el estudio de los procesos en la aplicación del trabajo que facilita la eficiencia en la enseñanza-aprendizaje.

De igual manera se aplican métodos como el trabajo colaborativo, enseñanza recíproca, asignación de tareas e incluso la instrucción directa, todos con el propósito de facilitar el proceso de enseñanza – aprendizaje, y por consiguiente la aprehensión de contenidos

Las prácticas de la educación física exigen, en la realización misma, la comprensión de los procedimientos conforme a la naturaleza, propósitos y contextos de la acción motriz. Este punto de vista aclara sobre la necesidad de atender



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

detalladamente los procedimientos de realización de las prácticas en educación física y cuestionar los modelos de enseñanza para hacer una didáctica no lineal sino múltiple.

Los procesos didácticos tienen el encargo de organizar, dosificar y valorar la enseñanza de la educación física con orientaciones pedagógicas que permiten el desarrollo de la dimensión corporal y la lúdica. El desarrollo de la metodología debe tener en cuenta unas condiciones y procedimientos que faciliten el aprendizaje, entendido como un proceso complejo que se produce bajo condiciones que están en permanente cambio de origen biológico, psicológico y sociocultural que deben tenerse en cuenta para la orientación de la enseñanza. Es decir, se debe partir de las características, la experiencia y las motivaciones del estudiante.

Las metodologías a utilizar en el área de educación física son:

**Aprendizaje en equipo.** Esta propuesta implica un trabajo colectivo de discusión permanente, requiere de una apropiación seria de herramientas teóricas que se discuten en un grupo determinado de estudiantes, quienes desempeñarán diferentes roles siguiendo, el patrón indicado, esto implica un proceso continuo de retroalimentación entre teoría y práctica, lo que garantiza que estos dos aspectos tengan sentido.

Claramente podemos destacar esta metodología en el área de Educación Física en el desarrollo de un carrusel recreativo donde los participantes tendrán la oportunidad de pasar por distintas bases desempeñando diferentes roles y logrando todo el mismo fin.

**Aprendizaje significativo.** Permite adquirir nuevos significados mediante:

1. Exploración de significados previos, haciendo un diagnóstico de saberes, habilidades y necesidades del estudiante.
2. El aprendizaje de los niños durante sus primeros años consiste en la interacción directa de su cuerpo con el entorno, las personas, los objetos y el espacio donde está. Durante esta interacción, el cuerpo cumple una función de punto de partida, indispensable para conocer todo aquello que nos rodea.
3. Profundización o transformación de significados, pasando de los conocimientos previos a los conocimientos nuevos, mediante el análisis, la reflexión, la comprensión, el uso de los procesos básicos de pensamiento, aplicación de los procesos inductivo-deductivo y la aplicación del pensamiento crítico.
4. La claridad respecto a estos conocimientos previos permitirá a los maestros plantear a los niños diversas situaciones de aprendizaje, en las cuales se favorezca notablemente la percepción y la posibilidad de experimentar con los objetos y con el propio cuerpo.
5. Verificación, evaluación, ordenación de nuevos significados: Comparación de las experiencias previas con las nuevas teniendo en cuenta el desempeño que medirá la calidad del aprendizaje, de esta manera el aprendizaje será significativo para los estudiantes y correlacionarán con experiencias concretas de su vida cotidiana. Pues no es de ignorarse que a través del estímulo a la inteligencia se crean estímulos a la autonomía personal, al reconocimiento de la diferencia, la creatividad y se generan bases para el desarrollo de habilidades en lectoescritura, del pensamiento lógico-matemático y de la estética en todas sus manifestaciones.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

Evaluación experimental. Toda la evaluación de competencia se hace sobre el desempeño, éste mide la calidad del aprendizaje para evaluar el desempeño necesito métodos, técnicas e instrumentos. No todos los estudiantes pueden decir que alcanzarán el logro hasta tanto no lo demuestren.

## 12. Implementación de educación inclusiva desde el área

La educación física no debe obviarse de la adopción de las medidas a las que hemos hecho referencia hasta el momento. Debe ser contemplada como un área más, interrelacionada con el resto de áreas y no puede convertirse en una "isla" al margen de las decisiones claustrales, organizativas o curriculares. Cuando hablamos de una educación física inclusiva, todo el alumnado comparte el mismo espacio, sin diferencias, reconsiderando la enseñanza y su organización con el apoyo pedagógico y social que sea necesario, y manteniendo las más altas expectativas para el aprendizaje de todas y todos. Por tanto, las actividades segregadas no serán consideradas inclusivas. La inclusión presupone siempre compartir con el grupo el proceso de aprendizaje y en este contexto la diversidad cohesionan al grupo y lo enriquece, ofreciendo más posibilidades de aprendizaje para todos y todas.

Pese a que la inclusión no es tarea fácil y sigue siendo un reto en nuestro sistema educativo y en la realidad escolar, recordemos la necesidad de que la escuela adopte medidas organizativas y curriculares que van más allá de la intervención docente. De ahí que a continuación presentemos estrategias que pueden facilitar la participación activa y efectiva del alumnado con discapacidad en el ambiente natural de la clase de educación física:

- La educación en actitudes y valores.
- El aprendizaje cooperativo y las actividades cooperativas.
- La adaptación de las tareas.
- La compensación de las limitaciones en situaciones competitivas.
- Compartir el deporte adaptado a las personas con discapacidad.
- El asesoramiento y el apoyo.

La educación en actitudes y valores. Si reconocemos que la educación comporta implícitos unos valores, la escuela debe asumir la formación de personas más allá de la pura transmisión o construcción de conocimientos o habilidades. Por tanto, deberíamos repensar cuáles son las prácticas habituales en la educación física escolar para adaptarlas a este marco. El abuso en la utilización de actividades competitivas puede ir en detrimento de la cooperación, pudiendo llegar a ser una fuente de exclusión.

La adaptación de las tareas. Tras disponer de la máxima información sobre el alumnado, y una vez detectadas y analizadas las necesidades educativas, el siguiente paso consiste en hacer una propuesta de tareas adecuadas a dichas necesidades. Para ello deberemos analizar la tarea en estrecha relación con las características de cada individuo. También el material y las instalaciones son factores importantes en el proceso de adecuación de las actividades de enseñanza-aprendizaje. Así, se dará importancia a aquellos métodos que favorezcan la experiencia



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

directa, La reflexión, la expresión y la comunicación. Algunas adaptaciones de carácter general pueden concretarse en:

- Proponer diversos grados de dificultad y de ejecución de una misma tarea.
- Plantear actividades distintas para un mismo contenido.
- Equilibrar el diseño de actividades de gran grupo y pequeño grupo. No proponer actividades individualizadas al alumno que presenta dificultades de aprendizaje cuando el resto del grupo participa colectivamente.
- Proponer actividades de libre elección, donde el alumno elige el itinerario de tareas a lo largo de la sesión en función de sus capacidades.
- Emplear actividades motivadoras para todos y todas que supongan un reto y que aseguren la participación activa y efectiva.

Todo ello determinará el deseo de aprender, que se erige como un factor clave en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado con discapacidad.

El asesoramiento y el apoyo. Para posibilitar un marco inclusivo en la sesión de educación física, tenemos que reclamar el asesoramiento de especialistas (del propio centro, como el maestro de educación especial, o externos, como los Equipos de Asesoramiento Psicopedagógico) y la formación continuada necesaria que nos permita en todo momento dar la respuesta educativa adecuada a las "necesidades educativas especiales" que puedan presentarse, educando en la diversidad.

Respecto al apoyo, tenemos que evitar la dependencia del estudiante con el adulto de referencia (auxiliares de educación especial, entre otros).

Hay que buscar estrategias que formen a los compañeros del grupo-clase para que sean estos los que faciliten la colaboración, de forma rotatoria hacia su compañero, sin caer en paternalismos sobreprotectores ni individualizando ese rol (evitando la figura del "lazarillo").

Asimismo, debe conseguirse que el propio alumno con discapacidad solicite la colaboración cuando lo necesite, aceptando sus propias limitaciones, y potenciando así su autonomía personal. Con ello se generan interdependencias positivas en el grupo, fomentando que todos y todas acepten las adaptaciones de las tareas con naturalidad, como un recurso que posibilita que todos y todas jueguen, se diviertan, se relacionen y aprendan en un entorno inclusivo.

## 13. Criterios y estrategias de evaluación



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

La evaluación es de carácter cuantitativo, pero ante todo debe ser formativa, continua y procesual en cada uno de los niveles que ofrece y se hace por comparación del estado de desarrollo cognitivo, valorativo y psicomotor de un alumno con relación a los indicadores establecidos según los objetivos para cada nivel. Los criterios evaluativos son:

La heteroevaluación: la valoración de acuerdo al rendimiento académico que el educador observe en el educando durante el proceso.

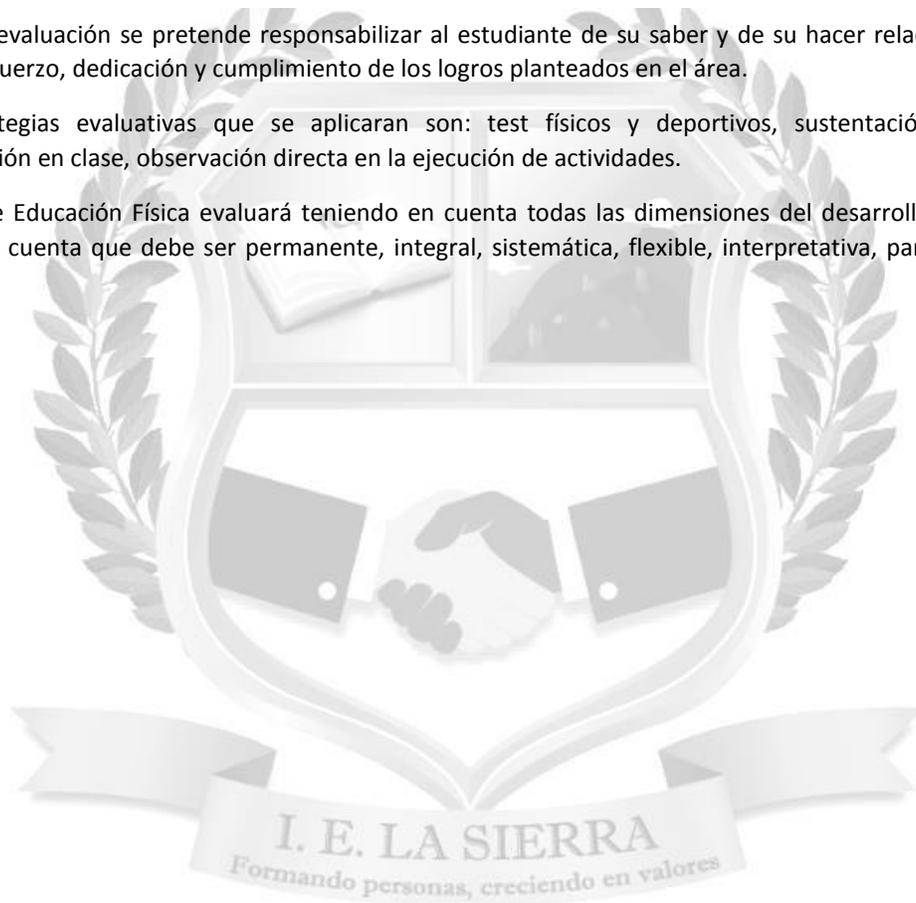
La coevaluación: la verificación por parte de los compañeros de los logros obtenidos por cada integrante del grupo.

La autoevaluación: teniendo en cuenta la valoración que el educando se valora de sus logros y esfuerzos personales.

Con esta evaluación se pretende responsabilizar al estudiante de su saber y de su hacer relacionado directamente con su esfuerzo, dedicación y cumplimiento de los logros planteados en el área.

Las estrategias evaluativas que se aplicaran son: test físicos y deportivos, sustentación oral de temáticas, participación en clase, observación directa en la ejecución de actividades.

El área de Educación Física evaluará teniendo en cuenta todas las dimensiones del desarrollo humano, además se tendrá en cuenta que debe ser permanente, integral, sistemática, flexible, interpretativa, participativa y formativa.





# I. E. LA SIERRA

"Formando Personas, Creciendo en Valores"

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
 Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
 Nit: 900935808-1  
 DANE 105001026581

## 14. Planes de mejoramiento continuo

NIVELACION	APOYO	SUPERACION	PROFUNDIZACION
<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> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guías de apoyo para trabajo encasa.</li> <li>• Asesorías individuales o grupales por parte del docente titular.</li> <li>• Sustentaciones.</li> <li>• Exposiciones.</li> <li>• Pruebas tipo Saber.</li> <li>• Trabajos que incluyan indagación y que estén debidamente referenciados.</li> </ul> <p>Nota: Para el caso de promoción anticipada, se aplicarán en las primeras semanas del segundo trimestre de acuerdo con el SIEE. En caso de que el estudiante sea extemporáneo, se aplicará en cualquier época del año.</p>	<p>Estas estrategias se proponen para los estudiantes que al finalizar el trimestre 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> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guías de apoyo para trabajo en clase y en casa.</li> <li>• Asesorías individuales o grupales por parte del docente titular.</li> <li>• Sustentaciones.</li> <li>• Exposiciones.</li> <li>• Pruebas tipo Saber.</li> <li>• Trabajos que incluyan indagación y que estén debidamente referenciados.</li> </ul>	<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> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guías de apoyo para trabajo en clase y en casa.</li> <li>• Asesorías individuales o grupales por parte del docente titular.</li> <li>• Sustentaciones.</li> <li>• Exposiciones.</li> <li>• Pruebas tipo Saber.</li> <li>• Trabajos que incluyan indagación y que estén debidamente referenciados.</li> </ul>	<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> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guías de apoyo para trabajo en clase y en casa.</li> <li>• Asesorías individuales o grupales por parte del docente titular.</li> <li>• Sustentaciones.</li> <li>• Exposiciones.</li> <li>• Pruebas tipo Saber.</li> <li>• Trabajos que incluyan indagación y que estén debidamente referenciados.</li> </ul>



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 15. Recursos

Entendiendo los recursos como medios didácticos que sirven para lograr un objetivo. Son elementos culturales necesarios para la enseñanza con una intencionalidad definida y mediadores en contexto del proceso enseñanza aprendizaje. Es necesario determinar su utilización teniendo en cuenta los objetivos, contenidos, las actividades a desarrollar y sobre todo las características de los estudiantes a quienes van dirigidos.

El área utiliza recursos tales como:

1. Humanos: Referidos a las personas que intervienen en el proceso formativo
  - Estudiantes, como centro del proceso enseñanza – aprendizaje.
  - El profesor como facilitador de la enseñanza.
  - Asesores y talleristas que eventualmente apoyan los procesos académicos del área.
  - El líder de área, directivas, personal de apoyo logístico y comunidad en general, valorando los conocimientos previos y la experiencia de cada persona como agente significativo.
2. Didácticos: Estos se seleccionarán de acuerdo con las necesidades e intereses de quienes participan en actos educativos.
  - Textos, obras literarias, tablero, tiza, documentos, fotocopias, carteleras, mobiliario, afiches, periódicos.
3. Tecnológicos: Los recursos tecnológicos son medios con los que se vale la tecnología para cumplir su propósito. Los recursos tecnológicos sirven para optimizar procesos, tiempos, recursos humanos
  - Internet, software, medios magnéticos.
  - Audiovisuales, Video Beam, DVD, grabadora, proyector.
4. Físicos: Espacios amplios, iluminados, agradables y variados que permiten el desarrollo de actividades educativas y culturales. Entre ellos se utilizan:
  - Aula de clase, sala de cómputo y de proyección, laboratorios, biblioteca institucional, canchas, restaurante escolar

### 13.1 Humanos

- Docente, Estudiantes y Padres de Familia.



# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y

Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015

Nit: 900935808-1

DANE 105001026581

## 13.2 Físicos

- Placa multifuncional de la institución
- Espacios generales de la institución (restaurante, escalas, pasillos)
- Sala de informática

## 13.3 Didácticos

- Balones de baloncesto
- Balones de balonmano
- Balones de fútbol - sala
- Balones de Voleibol
- Pelotas de iniciación deportiva
- Mesas de tenis de mesa
- Raquetas y pelotas para tenis de mesa
- Tableros de ajedrez
- Malla de voleibol
- Colchonetas
- Mancuernas
- Lazos cortos
- Conos
- Bastones
- Aros

Otros recursos con los que cuenta la institución: Computadores, Tablero multimedia, televisor, grabadora, reproductor DVD, video proyector.





# I. E. LA SIERRA

*"Formando Personas, Creciendo en Valores"*

Res. No **012065**, octubre 5 de 2015 y  
Res. No **014399**, noviembre 27 de 2015  
Nit: 900935808-1  
DANE 105001026581

## 16. Referencias bibliográficas

CHAVERRA FERNANDEZ, Beatriz Elena & otros. Investigación "Estándares básicos de competencia para el área de educación física, recreación y deporte en el departamento de Antioquia". Gobernación de Antioquia, secretaria de educación para la cultura. Serie Políticas y Educación. Medellín. 2010.

RODRIGUEZ CORTÉS, Astrid Bibiana & otros. "Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte". Ministerio de Educación Nacional Viceministerio de Educación Preescolar, Básica y Media. Primera Edición. ISBN: 978-958-691-393-5. Bogotá D.C. 2010.

República de Colombia, Ministerio de Educación Nacional. (2002). Lineamientos curriculares. Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.

República de Colombia, Ministerio de Educación Nacional. Resolución 2343 de junio 05 de 1996.

COLDEPORTES. Plan Nacional de Recreación 1999-2002, Bogotá, 1999.

INDEPORTES ANTIOQUIA. Guía Curricular para la educación Física. Medellín 2012.

