

# INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOAQUÍN VALLEJO ARBELÁEZ

## PLAN DE ÁREA

Educación física recreación y deportes

## PROYECTOS INTEGRADOS

Tiempo libre



## 2021

### Tabla De Contenido

1.	4
2.	5
2.1.	5
2.2.	5
3.	6
3.1.	6
3.2.	7
3.3.	7
4.	9
4.1.	9
4.2.	12
4.3.	15
5.	17
5.1.	17
5.1.1.	17
5.1.2.	26
5.1.3.	26
5.1.4.	26
5.1.5.	26
5.1.6.	26
5.1.7.	27
5.1.8.	27
5.1.9.	27
5.1.10.	28
5.1.11.	28
5.1.12.	28
5.1.13.	28



5.1.14.	29
5.1.15.	29
5.1.16.	30
5.1.17.	30
5.1.18.	30
5.1.19.	30
5.1.20.	30
5.1.21.	31
6.	138
7.	139
8.	140
9.	134
10.	136
11.	143
12.	144



## Identificación Del Plantel



## Identificación Del Área

### 2.1. Docentes Del Área

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Luz Aída Vargas	Golondrinas	Ciclo I	<a href="mailto:luz.vargas@iejva.edu.co">luz.vargas@iejva.edu.co</a>
Edelmira Mena Mosquera	Altos de la torre	Ciclo I	<a href="mailto:edelmira.mena@iejva.edu.co">edelmira.mena@iejva.edu.co</a>
Marcela Gallego	Principal	Ciclo II	<a href="mailto:marcela.gallego@iejva.edu.co">marcela.gallego@iejva.edu.co</a>
Sandra Acevedo	Principal	Ciclo II	<a href="mailto:sandra.acevedo@iejva.edu.co">sandra.acevedo@iejva.edu.co</a>
Edinson Aristizábal	Principal	Ciclo III	edinson.aristizabal@iejva.edu.co
Magda Yaneth Osorio	Principal	Ciclo IV	<a href="mailto:magda.osorio@iejva.edu.co">magda.osorio@iejva.edu.co</a>
Carlos Mario Flórez	Principal	Ciclo V	<a href="mailto:carlosflorez.@iejva.edu.co">carlosflorez.@iejva.edu.co</a>

### 2.2. Intensidad Horaria

GRADO	INTENCIDAD SEMANAL	INTENCIDAD ANNUAL
Ciclo I	2 horas	80 horas
Ciclo II	2 horas	80 horas
Ciclo III	2 horas	80 horas
Ciclo IV	2 horas	80 horas
Ciclo V	2 horas	80 horas



## Introducción Al Plan De Área

### 3.1. Contexto Institucional

La educación física no puede faltar en la vida del ser humano, puesto que su desarrollo intelectual está íntimamente relacionado con el proceso de su desarrollo corporal que incide en el comportamiento psico-físico y social. Es por eso que la población de la institución muestra un continuo interés y expectativa por las diferentes clases de educación física, donde muestran mucho agrado y disposición para el desarrollo de las mismas. Es importante resaltar que el contexto de la gran mayoría de los educandos es bastante complejo, en el cual se observan un sin número de dificultades tanto en el entorno familiar como el social que imposibilitan un mejor proceso formativo. Además de los estudiantes que presentan NEE que en algunos casos no pueden realizar un trabajo a la par de sus compañeros.

A pesar que el interés más focalizado en los estudiantes dentro del área es la práctica deportiva, específicamente en lo concerniente al fútbol de salón, no dejan de lado el sobresaliente rendimiento en las diferentes trabajos prácticos y la buena asimilación de conceptos tanto teóricos como técnicos que evidencian grandes avances en el trabajo de las diferentes habilidades y competencias del área.

El rendimiento en general de los estudiantes es bastante destacado ya que cuentan con un gran potencial para las diferentes actividades físicas motrices que generan un aprendizaje

motor óptimo para alcanzar los diferentes logros establecidos en cada uno de los ciclos. Es de notar también que en las diferentes pruebas internas también se evidencia una gran asimilación en los diferentes conceptos teóricos en razón a que los resultados arrojan que los estudiantes adquirieron un gran conocimiento frente a las diferentes temáticas. Es por ello que un alto porcentaje de la población estudiantil aprueba el área para el año sin ningún tipo de dificultades, logrando con esto una baja mortalidad académica en la misma.

Continuando con la descripción del contexto se hace necesario mencionar alguna serie de necesidades que presenta el área de educación física, como lo es poder contar con una infraestructura adecuada que permita protegerse de la lluvia cuando sea necesario para garantizar el desarrollo de las actividades propuestas que se necesitan para la formación física de niños y jóvenes. , una segunda necesidad es la de promover semilleros que brinden opciones para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes. Finalmente se hace necesario la capacitación adecuada de los docentes para fortalecer los procesos formativos con los estudiantes que presentan necesidades educativas especiales.



De otro lado, es importante resaltar la percepción tan positiva que tienen los estudiantes frente al área de educación física, donde las dificultades que se presentan se superan fácilmente por la gran empatía que tienen frente al área y la gran capacidad físico motriz que poseen los educandos de la institución educativa.

Es de aclarar que no solo el agrado que muestran ellos frente al área es lo más relevante, es el cómo son conscientes de lo importante que es para su desarrollo físico, psicológico, social que garanticen a su vez una formación integral.

Finalmente, en cuanto los recursos que posee la institución para la realización de la educación física la recreación y el deporte, son sobresalientes en cuanto la infraestructura, entendiendo que la planta física de la institución cuenta con diferentes espacios adecuados para la ejecución de las clases. La institución educativa también cuenta con gran variedad de materiales que posibilitan que los trabajos prácticos sean dinámicos y posibiliten aprendizajes significativos.

### 3.2. Estado del Área

La Educación Física es un área del conocimiento que no está incluida en las evaluaciones externas, sin embargo, dentro de la dinámica institucional el área apoya a la adquisición de algunas competencias importantes que apoyan el desempeño en dichas pruebas, como por ejemplo en la aplicación de pruebas semestrales y actividades de comprensión lectora.

### 3.3. Justificación

La educación física no puede faltar en la vida del ser humano, puesto que su desarrollo intelectual está íntimamente relacionado con el proceso de su desarrollo corporal que incide en el comportamiento psico-físico y social.

La Educación Física es una disciplina cuyo objeto de estudio es el movimiento humano y su

utilización para contribuir a la formación y mejoramiento integral del individuo, considerado como una unidad funcional que comprende aspectos motrices, físicos, de pensamiento, personalidad e interacción social. En consecuencia la educación física, la recreación y el deporte, coadyuvan al desarrollo, capacitación, fortalecimiento, conservación, equilibrio, recreación e identificación de la persona para que se desenvuelva adecuadamente en su medio.

Por estas razones es de vital importancia incluir dentro del Proyecto Educativo Institucional un plan de estudios para el área de Educación Física acorde con las necesidades, intereses y potencialidades de los educandos, contribuyendo así:



- En el aspecto orgánico su función es la de contribuir al desarrollo físico que implica trabajo de los sentidos y del sistema nervioso, osteo-muscular, circulatorio y respiratorio, para el mejoramiento de las cualidades físicas y motrices que conducen a un buen estado físico.
- En el campo del conocimiento, va desde la percepción y acción para la adquisición de nociones y conceptos básicos, hasta usar el movimiento en acciones complejas que implican planificar tareas individuales o de conjunto, que generan estrategias de tal manera que de acuerdo con la edad y maduración se contribuye al desarrollo del pensamiento.
- En el contexto social, la Educación Física inicia al individuo en el complejo mundo de las leyes, ajustándose a su desenvolvimiento y relaciones interpersonales de acuerdo con el avance de su maduración y desarrollo, contrarrestando la amenaza a la integridad biológica del organismo humano.

Por otro lado, el área de educación física, deporte y recreación está constituida por los siguientes ejes temáticos: deporte, recreación, cultura física y salud, organización infantil y juvenil, y uso del tiempo libre. Cada uno de estos ejes se han incluido de manera implícita o explícita en el plan de estudios desde el grado primero hasta el grado undécimo



## Referente Conceptual

### 4.1. 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. Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación. Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).

Además de esta alta incidencia política en la formación del cuerpo y del ser, se tuvo a inicios del siglo XX intervención de la iglesia en la educación; siendo la formación de la moral la prioridad en los procesos educativos, concibiendo una formación física que propendía a la prudencia y el acatamiento de la moralidad. Un cuerpo limitado, un pensamiento sujeto a las directrices sociales y religiosas de la época; expresiones corporales y motrices, sobre todo en

el género femenino, limitadas bajo el concepto de delicadeza y pudor; vestuarios que no permitían la posibilidad de amplitud y libertad de los movimientos y mucho menos la percepción de las figuras corporales. La Campaña de Cultura Aldeana se inició en 1934 bajo el ministerio de Luis López de Mesa y constituyó un intento ambicioso en sus planteamientos, limitado en recursos materiales, y efímero en su duración. Esta campaña contó con buena difusión y sembró grandes esperanzas en la ambición de democratizar la educación. Sus planes giraron en torno a la idea de llevar a los sectores populares nuevos hábitos y costumbres relacionadas con principios de higiene, estética, alimentación y nutrición. Se llegó a plantear la necesidad de restaurar en primer término la condición fisiológica de la población escolar, entendida como la atención al régimen alimentario, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como premisa para mejorar las condiciones y los ambientes para la adquisición de los conocimientos en los escolares. El discurso presente en la década del veinte en los análisis sobre la población, plagado de determinismo geográfico y racial, empezó a ser desplazada y aunque persisten algunos de sus defensores, se abren paso nuevas explicaciones sobre los problemas sociales y



educativos. Por lo tanto, se emprenden estudios y se elaboran análisis que pretendían tener sustento científico en disciplinas como la psicología experimental, la medicina, la sociología y la antropometría. La escasez presupuestal, el aumento de la población, la falta de continuidad en las políticas y en los funcionarios estatales, llevaron al distanciamiento entre los ideales enarbolados y su cobertura a nivel cuantitativo, además de la implementación de acciones que apuntan a la solución de problemas bien definidos. 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, formándose 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:

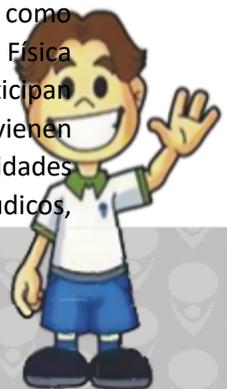
- Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.
- Adquirir los conocimientos fundamentales y las habilidades y destrezas básicas, que además de prepararlo para continuar estudios superiores, lo orienten hacia un campo de trabajo.

Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.



- 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 a 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. 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.

Se reconocen otras prácticas culturales como posibilidad de implementación en el plan de estudios; además de su aporte en las transformaciones sociales desde el reconocimiento del cuerpo y de los otros, ligados a procesos que posibiliten, básicamente, el desarrollo del país. La Ley 934 de 2004 establece que todas las instituciones educativas del país deben incluir en sus proyectos educativos institucionales, además del plan de área de Educación Física, los proyectos pedagógicos complementarios del área. En Medellín, con el objetivo de implementarla, a través del Acuerdo Municipal 019 de 2005, se establecen criterios básicos para el desarrollo y el fortalecimiento del área, relacionada con la necesidad de iniciar el proceso formativo desde la básica primaria, articulando todos los aspectos y criterios fundamentales y propios de cada grado y nivel, además de la etapa de madurez motora y cognitiva del estudiante. Es necesario tener claridad que las actividades de Tiempo Libre y Jornada Complementaria ofertadas a los estudiantes obedecen a la continuación y el fortalecimiento de aquellas prácticas que el docente implementa en el área, con la finalidad de afianzar de manera intencionada aquellos asuntos relacionados con la formación de los niños y jóvenes, tales como: expresiones y técnicas motrices, valores, convivencia, estilos de vida saludables y generación de una cultura del cuidado propio, del otro y del entorno, propiciando una calidad de vida y ambientes sanos para la ciudad. Teniendo en cuenta lo anterior, además de lo establecido dentro de la normatividad vigente, desde la Ley General de Educación, en donde se establece la autonomía escolar, para definir la intensidad horaria del área es significativo que se reconozcan las garantías de ejecutar una educación física planificada sistemáticamente, teniendo en cuenta la continuidad, el seguimiento, la participación y el compromiso institucional, reconociendo los productos obtenidos a través de la lúdica del cuerpo en interacción con el saber y las competencias específicas de otras áreas, además del saber y las competencias como ciudadano. Desde el año 2005 se inicia la estructuración y dinamización de las Mesas de Educación Física en el municipio de Medellín, como una estrategia pedagógica y metodológica donde participan entidades e instituciones educativas de las zonas urbanas y rurales que de una u otra forma intervienen en el desarrollo pedagógico de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, a través de actividades curriculares y complementarias, aplicando criterios técnicos, científicos, tecnológicos y lúdicos,



contribuyendo al desarrollo y formación integral de los estudiantes. Esta estrategia abierta a la participación de docentes de primaria y licenciados en el área de bachillerato fue generando líneas de acción contextualizadas a los entornos y características poblacionales, sin perder de vista el enfoque integral, formativo y sistemático. Las dinámicas de las Mesas de trabajo, que conforman la estructura del Laboratorio de la Enseñanza de la Educación Física y el Olimpismo, son espacios de formación permanente en donde la experiencia, los saberes y las preguntas son el punto de partida para construir teorías y conceptos establecidos por expertos, que son aterrizados por los docentes de las Mesas, a las realidades y condiciones de nuestras instituciones educativas y sus estudiantes. Por lo tanto, la educación física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar.

#### **4.2. Fundamentos Pedagógico–Didácticos**

¿Cómo enseñar?

El desarrollo de competencias en Educación Física integra el saber qué, el saber cómo y el saber para qué, los cuales se manifiestan en ciertos desempeños. La fortaleza de la enseñanza por competencias en Educación Física le permite al maestro evidenciar un aprendizaje integrado en el que confluyen conceptos, prácticas, contextos y sentido. En toda acción motriz está presente la totalidad del estudiante, quien siente, se expresa, se comunica y actúa como unidad.

Conceptos, prácticas, contextos y sentido conforman la unidad que orienta el proceso de desarrollo de una competencia, que permite producir relaciones con las demás. Cuando el estudiante realiza un desempeño motriz, éste tiene incidencia en las competencias expresiva-corporal y axiológica-corporal, según las características de los aprendizajes, el contexto y la situación.

El desarrollo de competencias está centrado en los desempeños que muestran aprendizajes y comportamientos del estudiante, lo cual permite que la didáctica aplique principios del desarrollo evolutivo motriz, emocional, cognitivo y axiológico, que definen los alcances de los estudiantes en el área y, por tanto, el nivel de desarrollo de las competencias exigido en cada grupo de grados.

Como condición previa a los planteamientos metodológicos es necesario recordar algunos aspectos relevantes del aprendizaje en el área de La Educación Física, Recreación y Deporte.

- **Madurez funcional.** Todo nuevo movimiento depende de la madurez funcional del organismo, del sistema nervioso central y de las experiencias motrices adquiridas previamente.
- **Ejercitación.** Permite mejorar las ejecuciones y hacerlas permanentes en la memoria. Las repeticiones sucesivas del gesto motriz ayudan a adquirir mayor destreza y retenerlo por más tiempo, respondiendo a estrategias cognitivas que pueden ser simples o complejas.

**Retroalimentación.** Es la información que recibe el estudiante como resultado de su ejecución motriz; ello implica la reflexión sobre lo realizado y los ajustes para una nueva ejecución.



- **Gusto.** Tiene que ver con el deseo de movimiento. Como lo dice Meinel, los niños desean y quieren moverse, muestran un impulso y gusto por el movimiento. Es necesario tener en cuenta los principios de desarrollo motor, la edad y el contexto en donde el niño interactúa, para brindar las mejores condiciones que enriquezcan su bagaje motriz.
- **Memoria y retención.** La habilidad motora debe ser ejercitada con regularidad y ser significativa, en la medida en que pueda ser aplicada a situaciones de la vida cotidiana.
- **Transferencia.** Las acciones motrices nuevas no son del todo novedosas, puesto que siempre están basadas en acciones o habilidades previamente aprendidas. De ahí que, en el momento de la enseñanza de una nueva habilidad, es necesario mirar que sus elementos básicos hayan sido aprendidos anteriormente y así sean transferidos.

¿Qué y cómo evaluar el aprendizaje de los estudiantes?

La estructura del aprendizaje para el desarrollo de competencias transforma los conceptos, procesos, procedimientos y técnicas de evaluación, así como el papel que deben asumir los sujetos ante los alcances del aprendizaje. La especificidad y las relaciones entre el desarrollo de las diferentes competencias, su progresión y gradualidad orientadas por los indicadores de diferenciación, implican la definición de procesos de seguimiento y evaluación que requieren el uso de diferentes técnicas de carácter cualitativo y cuantitativo a corto, mediano y largo plazo. Ello implica retomar tal información para reorientar el proceso educativo cuando sea necesario, en función de la formación de los estudiantes y el logro de los desempeños propuestos. La aplicación de técnicas de evaluación cuantitativa adquiere un nuevo sentido, por tratarse solo de un punto de vista en la evaluación de los desempeños correspondientes a cada competencia. Otros puntos de vista parten del reconocimiento de la corporeidad y de factores subjetivos del alumno; por ejemplo, en los aspectos emocionales de la competencia expresiva, los cuales implican un manejo de técnicas cualitativas y de procesos de interpretación. Desde esta perspectiva, el cuaderno escolar, el diario de campo, las técnicas de observación, el uso del video y la fotografía, las narraciones, las composiciones, los registros anecdóticos, las listas de cotejo o control, las fichas de autoevaluación, las fichas de coevaluación, las escalas de observación, los cuestionarios, los informes de trabajo en grupo, las fichas de tareas, las pruebas motrices, las pruebas de habilidad y los portafolios, son, entre otros, instrumentos útiles para la evaluación del nivel de desarrollo de las competencias en el área de Educación Física, Recreación y Deporte.

Características y Premisas Básicas de la Evaluación en Educación Física y Deportes.



Para que la evaluación sea lo más eficaz posible debe poseer una serie de características, sin las cuales el proceso quedaría incompleto. Éstas son:

- **Validez:** hace referencia a que la evaluación sirva para algo, para cubrir algún objetivo, para alcanzar una meta propuesta, etc., en definitiva, lo que quiere expresar esta característica es que cada vez que evaluemos sea con alguna intención, y no evaluar por evaluar.
- **Continuidad:** el proceso de evaluación se ha de realizar de forma continua y nunca de manera aislada.
- **Objetividad:** dentro de las posibilidades que tengamos, debemos evaluar de forma objetiva. Este tipo de evaluación es más susceptible de llevar a cabo cuando evaluamos elementos con un marcado carácter cuantitativo.
- **Cientificidad:** el carácter científico de la evaluación implica el seguimiento de una serie de pasos tales como: seleccionar y recabar la información, previa selección de los instrumentos y técnicas a emplear, extraer y analizar los datos, exponer los resultados y analizarlos.
- **Formativa:** que sirva de retroalimentación de los logros conseguidos. · **Utilidad:** que sirva para cumplir con algún objetivo previsto en nuestro planteamiento previo.
- **Factible:** que sea posible de realizar realmente, de ahí que convenga que no sea excesivamente compleja.
- **Integral y significativa:** que recoja lo esencial y abarque todos los aspectos de la persona, y evalúe elementos que tengan repercusión directa con la vida de los alumnos/as.
- **Cooperativa:** que el proceso implique la posibilidad de autoevaluarse, así como poder evaluar a sus compañeros y a sus profesores.

Además de estas características, el proceso de evaluación educativa debe cumplir una serie de premisas, que harán que éste sea mucho más significativo y valioso. Estas premisas son (Viciana, 1995):

1. La evaluación educativa debe ser iluminativa, es decir, debe de proporcionar sentido al proceso evaluativo.
2. La evaluación educativa debe informar, a través de los informes de evaluación, las entrevistas personales, etc., a los padres, a los alumnos/as, al resto de profesores que asistan al alumno y al profesor que vaya a dar clase al alumno en el curso siguiente.



3. La evaluación debe realizarse de forma integral y en todo momento, es decir, de forma continua. Para ello debe prever los instrumentos de evaluación que se van a emplear en cada fase.

4. La evaluación debe estar presente en la programación anual que se realiza para el curso escolar. Tenemos que pensar que la evaluación no consiste sólo en evaluar, sino que conlleva todo un proceso, de ahí que no puede estar descontextualizada, ni aislada.

#### **4.3. Resumen De Las Normas Técnico-Legales**

La Constitución Política de Colombia hace referencia al deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, y por comprensión, a la educación física, en el artículo 52. Adicionalmente, el Art. 67 es contundente al establecer que el estado debe "velar por la formación moral, intelectual y física de los educandos", lo cual señala la obligatoriedad y el derecho de la educación física para los educandos.

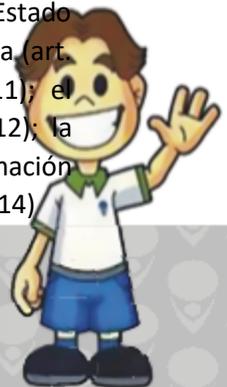
##### **3.3.1 Marco normativo educativo**

La Ley 115 General de Educación de 1994, reconoce la educación física como uno de los fines de la educación colombiana (art. 5), de la Educación Preescolar (art. 16; Literal d), como uno de los objetivos de la Educación Básica tanto para el ciclo de primaria (art. 21; Literales h, i, j) como del Ciclo Secundario (art. 22, literal ñ); igualmente le establece los objetivos (art. 16, 20, 21 y 22), su carácter de proyecto pedagógico transversal obligatorio (art. 14), la define como área fundamental y obligatoria en general del currículo (art. 23) y de la Educación Media (art. 32).

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

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

La Ley 181 de 1995 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica de la educación física (art. 1); la creación del sistema nacional de deporte, educación física y recreación ( art. 2); los objetivos rectores del Estado para garantizar su práctica (art. 3); la definición de la Educación física como una disciplina científica (art. 4); reitera la responsabilidad del currículo por el Ministerio de Educación Nacional (art. 11); el desarrollo de la educación física extraescolar como campo de intervención del sistema (art. 12); la investigación científica y la producción intelectual (art. 13 ); los programas de iniciación y formación deportiva, los festivales escolares, los centros de educación física y los juegos intercolegiados ( art. 14)



Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (art. 46); los

objetivos del sistema (art. 47 y 48); la elaboración del Plan Nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y

plan de inversiones (art. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).



## Malla Curricular

### 5.1. Plan De Área Por Grados

#### 5.1.1. Derechos Básicos de Aprendizaje. Grado 1°

El área de educación física recreación y deportes no cuenta con DBA. Por lo tanto, se anexa el cuadro de competencias básicas del área expuesto por el Ministerio de Educación Nacional en su documento N° 15: “Orientaciones Pedagógicas para la

*Educación Física, Recreación y Deporte”*

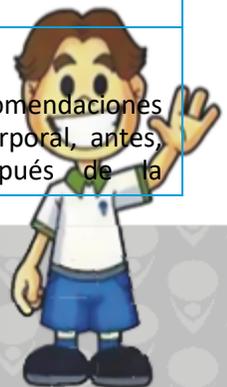
#### Coherencia vertical y horizontal

Entre los desempeños se establecen dos tipos de coherencia:

- Coherencia vertical, de acuerdo con la cual los desempeños de un grado involucran los del anterior, mostrando la progresión en el desarrollo de la competencia.
- Coherencia horizontal, mismo que expresa la relación entre los desempeños de los componentes de cada competencia y entre las competencias específicas.

En el cuadro que aparece a continuación se ha realizado la selección de una línea de desempeños en cada una de las competencias específicas para mostrar las relaciones entre los grupos de grado (coherencia vertical) y entre las competencias específicas (coherencia horizontal).

Competencias	Competencia motriz componente desarrollo motor	Expresiva corporal	Axiológica Corporal
Grados			
De primero a tercero	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal, antes, durante y después de la



		actividad física.	actividad física.
De cuarto a quinto	Controlo, de forma global y segmentaria, la realización de movimientos técnicos.	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
De sexto a séptimo	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.
De octavo a noveno	Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.
De décimo a undécimo	Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.	Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.

Grados de primero a tercero



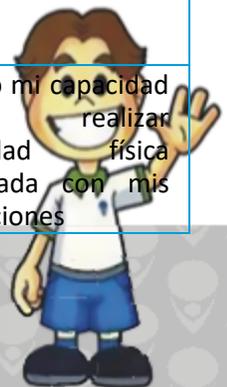
Competencia motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos				Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.	Identifico las normas y principios establecidos para la realización de prácticas propias de actividad física.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.	Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.	Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Aplico recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de actividad física.
Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.	Exploro formas básicas de movimientos aplicados a formas y modalidades gimnásticas.	Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.	Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.	Atiendo orientaciones sobre el uso de mi tiempo para jugar y realizar actividad física.
Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	Exploré técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.	Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales.	Exploro juegos de actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.
Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.	Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.	Exploro gestos, representaciones y bailes.	Identifico capacidades físicas y me esfuerzo en ellas durante la actividad física.



Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.	Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.	Exploro el juego como un momento especial en la escuela.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.	Atiendo indicaciones profesor sobre forma correcta realizar los ejercicios
--	---	--	--	---	--

## 5.2. Grados de cuarto a quinto

Competencia motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.				Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	Aplico formas básicas de movimientos en la realización de diferentes prácticas deportivas.	Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.	Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.	Decido mi tiempo de juego y actividad física.
Identifico formas de regulación de movimientos en las	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del	Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en	Reconozco a mis compañeros como constructores	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones



rítmicas sencillas.	cuerpo.	la actividad física.	del juego.		personales.
Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Propongo momentos de juego en el espacio escolar.	Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.	Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.
Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.	Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.	Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.	Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.	Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.

### 5.3. Grados de sexto a séptimo

Competencia motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.				Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.	Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.	Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.



Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.	Reconozco mis fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades de gimnásticas.	Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.	Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.	Comparo y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional.	Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.
Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.	Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal.	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.	Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.	Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música.	Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.
Comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.	Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.	Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.	Organizo juegos para desarrollar en la clase.	Participo en bailes folclóricos y modernos, siguiendo pasos o coreografías.	Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.
Perfecciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Practico elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas.	Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.	Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.	Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).	Procuró cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.

#### 5.4. Grados de octavo a noveno

<b>Competencia motriz</b>	<b>Competencia expresiva corporal</b>	<b>Competencia axiológica corporal</b>
---------------------------	---------------------------------------	--



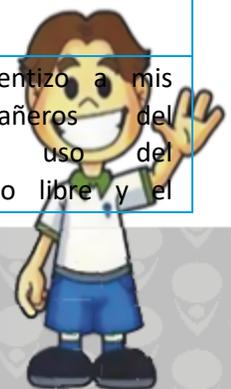
Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.				Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.	Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.	Relaciono los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.	Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.	Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.
Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación.	Selecciono modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento.	Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.	Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.	Participo en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.
Combino movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.	Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal.	Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.	Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.	Propongo secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música.	Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.
Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.	Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.	Realizo danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías.	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.



Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.	Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.	Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.	Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.	Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.
---	--	---	--	---	--

### 5.5. Grados de décimo a undécimo

Competencia Motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.				Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.	Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.	Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.	Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.
con frecuencia de movimiento con	Presento composiciones de gimnásticas, aplicando	Elaboro mi plan de condición física teniendo en	Participo en la organización de los juegos de la institución,	Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el



elementos y obstáculos.	técnicas de sus diferentes modalidades.	cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos .	estableciendo acuerdos para su desarrollo.	colombiana.	juego.
Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.	Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.	Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.	Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos contextos.	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida
Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.	Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.	Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.	Elaboro un montaje que combine danza-representación, determinando coreografía y planimetría.	Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.
Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.	Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física- pausa-actividad física, en mi plan de condición física.	Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.	Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.



### 5.5.1. Docentes Del Grado 1°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
LUZ AÍDA VARGAS	GOLONDRINAS		luz.vargas@iejva.edu.co

### 5.5.2. Objetivo Del Ciclo I

CICLO	CICLO I
OBJETIVO DEL CICLO	<b>Participar en juegos y otras actividades, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.</b>

### 5.5.3. Objetivos. Primer Período Del Grado 1°

GRADO	GRADO 1°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos

### 5.5.4. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 1°

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 1°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

### 5.5.5. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 1°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 1°
¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento ?



**5.5.6. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 1°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 1°			
Competencia motriz	Competencia expresiva Corporal	Competencia axiológica	
Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario	Manifiesto expresiones gestuales y corporales para comunicar mis emociones	Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física	

**5.5.7. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 1°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Nombra y reconoce las formas básicas del movimiento y las ubica en relación al espacio	Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de los juegos y la actividad física	Pone en práctica acciones para el cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.

**5.5.8. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 1°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 1°		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER



(CONCEPTUAL)	(PROCEDIMENTAL)	(ACTITUDINAL)
Desarrollo físico motriz	<b>Expresión corporal</b>	<b>Interacción social</b>
Biológico	<b>lenguajes</b>	<b>Hábitos</b>
Emocional	<b>emoción</b>	<b>Usos</b>
Físico	<b>ambientes</b>	<b>valores</b>
	<b>sensibilidad</b>	

#### 5.5.9. **Objetivos. Segundo Período Del Grado 1°**

GRADO	GRADO 1°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Explorar y manifestar emociones a través del movimiento

#### 5.5.10. **Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 1°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 1°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

#### 5.5.11. **Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 1°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 1°
¿Qué expreso con mi cuerpo ?

#### 5.5.12. **Ejes de los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 1°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 1°			
Motriz	<b>Expresivo corporal</b>	<b>Axiológica</b>	
Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con	Exploro y vivencio prácticas de expresión corporal y danza guiadas y	Atiendo y ejecuto orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad	



diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales	espontáneas	física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros	
--	-------------	---	--

### 5.5.13. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 1°

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase	Ejecuta las actividades propuestas de pre danza a partir de rondas y canciones	Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase

### 5.5.14. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 1°

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Desarrollo físico motriz Biológico Emocional Físico	<b>Expresión corporal</b> lenguajes emoción ambientes sensibilidad	<b>Interacción social</b> Hábitos Usos valores



**5.5.15. Objetivos. Tercer Período Del Grado 1°**

GRADO	GRADO 1°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Vivencias las pautas para la realización de las prácticas de actividad física

**5.5.16. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 1°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 1°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica.

**5.5.17. Pregunta o Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 1°**

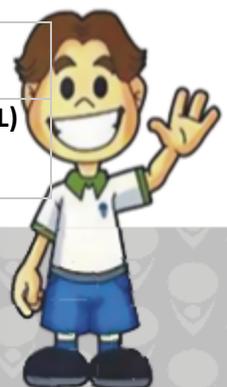
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 1°
¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?

**5.5.18. Ejes de los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 1°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 1°			
Motriz	Expresivo corporal	Axiológico	
ubico mi cuerpo en el espacio y lo relaciono con pequeños objetos	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales	Manifiesto agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con mi edad y desarrollo	

**5.5.19. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 1°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)



Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro de su espacio de trabajo.

### 5.5.20. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 1°

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Organización del tiempo y el espacio  Construcción personal del tiempo y el espacio  Construcción social del tiempo y el espacio	Expresión corporal técnicas del cuerpo  acciones básicas  acciones complejas	Vivencias  actitudes  Reencuentro consigo mismo y con los demás en ambientes libres.

#### • Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 1º		
PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3



D e r e c u p e r a c i ó n			
D e N i v e l a c i ó n			
D e P r o f u n d i			



z			
a			
c			
i			
ó			
n			

### 7.1.1. Docentes Del Grado 2°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Luz Aída Vargas	<b>Golondrinas</b>		luz.vargas@iejva.edu.co

### 7.1.2. Objetivo Del Ciclo I

CICLO	CICLO I
OBJETIVO DEL CICLO	Participar en juegos y otras actividades, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.

### 7.1.3. Objetivos. Primer Período Del Grado 2°

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 1	<p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir diferentes emociones en el ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física</p>



**7.1.4. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 2°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 2°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

**7.1.5. Pregunta o Situación Problematizadora. Primer Período Del Grado 2°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 2°
¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?

**7.1.6. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 2°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 2°			
Competencia motriz	Competencia expresivo corporal	Competencia axiológica	
Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diferentes ritmos musicales	Vivencio y comprendo los sentimientos que genera la práctica de danza o ritmos propuestos y espontáneos	Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y la actividad física	

**7.1.7. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 2°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Relaciona las posibilidades de movimiento, ritmo y actividad física a partir de rondas y juegos.	Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos	Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar actividad física



### 7.1.8. *Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 2°*

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Esquema corporal	Reconocer partes del cuerpo	trabajo en equipo
Conductas motrices de base	Diferencia lateralidades	Respeto por la norma

### 7.1.9. *Objetivos. Segundo Período Del Grado 2°*

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir diferentes emociones en el ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física</p>

### 7.1.10. *Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 2°*

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 2°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica.

### 7.1.11. *Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 2°*

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 2°
¿Qué cambios percibo en mi cuerpo cuando juego?

### 7.1.12. *Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 2°*

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 2°
--



Competencia motriz	Competencia expresivo corporal	Competencia axiológica	
Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la clase y la recuperación al finalizar la clase	Reconozco los cambios corporales fisiológicos propios y de los demás	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de los compañeros	

### 7.1.13. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 2°

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifico los cambios y reacciones del cuerpo al realizar actividad física	Desarrollo diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades del cuerpo	Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros

### 7.1.14. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 2°

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conductas temporales espaciales	Adaptar movimientos a diferentes ritmos	Cuidado de sus elementos personales y de la clase
Conductas motrices base	Equilibrio Saltos Lanzamientos	



### 7.1.15. Objetivos. Tercer Período Del Grado 2°

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir diferentes emociones en el ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física</p>

### 7.1.16. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 2°

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 2°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

### 7.1.17. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 2°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 2°
¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?

### 7.1.18. Ejes de los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 2°

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 2°			
Competencia motriz	<b>Competencia expresivo corporal</b>	<b>Competencia axiológica</b>	
Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales	Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades	Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física	



**7.1.19. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 2°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y de los compañeros a través del juego individual y grupal	Experimenta y pone en práctica las posibilidades de conocer y sentir las variaciones en su respiración, sudoración, latidos cardiacos a partir de diferentes practicas.	Respeta y reconoce las diferencias presentadas entre los estudiantes del grupo

**7.1.20. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 2°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Esquema corporal	<b>Lateralidad</b>  <b>Segmentos corporales</b>	<b>Respeto por la diferencia</b>
Conductas espacio temporales o perceptivo motoras	<b>Variar movimientos de acuerdo al ritmo</b>  <b>Relaciona conceptos de tiempo y distancia ( velocidad)</b>	<b>Atiende indicaciones y orientaciones de juego</b>

• **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 2º

PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3



D e  r e c u p e r a c i ó n			
D e  N i v e l a c i ó n			
D e  P r o f u n d i			



z			
a			
c			
i			
ó			
n			

### 7.1.21. Docentes Del Grado 3°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO

### 7.1.22. Objetivo Del Ciclo I

CICLO	
OBJETIVO DEL CICLO	Explorar formas básicas de movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos

### 7.1.23. Objetivos. Primer Período Del Grado 3°

GRADO	GRADO 3°
OBJETIVOS PERÍODO 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</li> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>



**7.1.24. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 3°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 3°
Competencia motriz; Competencia expresiva corporal

**7.1.25. Pregunta O Situación Problematizadora. Primer Período Del Grado 3°**

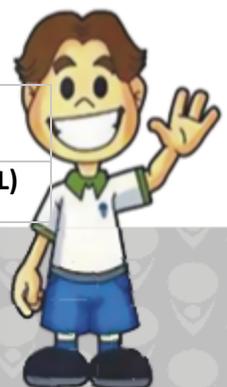
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 3°
¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?

**7.1.26. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 3°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 3°			
Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas.	<b>Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.</b>	<b>Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.</b>	
Exploré las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.			

**7.1.27. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 3°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 3°		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER (ACTITUDINAL)



(CONCEPTUAL)	(PROCEDIMENTAL)	
Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	<b>Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.</b>	Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.



**7.1.28. Contenido Esquema**

**7.1.29. corporal y ajuste**

**7.1.30. postural.**

**7.1.31. Formas básicas**

**7.1.32. de movimiento.**

**7.1.33. Coordinación**

**7.1.34. general:**

**7.1.35. Coordinación**

**7.1.36. óculo-manual y**

**7.1.37. Coordinación**

**7.1.38. óculo-pédica.**

**7.1.39. Iniciación**

**7.1.40. rítmica.**

**7.1.41. Hábitos de**

**7.1.42. higiene y**

**7.1.43. nutrición.**

**7.1.44. Juegos**

**7.1.45. deportivos**

**7.1.46. individuales y**

**7.1.47. grupale**

**7.1.48. Temáticos. Primer Período Del Grado 3°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 3°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

SABER SER

(ACTITUDINAL)



<p>Expresión corporal: Rondas infantiles.</p> <p>El cuerpo y sus partes: identificación segmentaria, movimientos articulares.</p> <p>Direccionalidad: arriba, abajo, adelante, atrás, derecha, izquierda.</p> <p>Control postural: posiciones básicas. parado, sentado, secuencias, series.</p> <p>La respiración.</p> <p>Tensión y relajación global y segmentaria.</p> <p>La norma en juegos grupales.</p>	<p><b>-Utiliza diferentes partes de su cuerpo a partir de juegos y ejercicios dirigidos.</b></p> <p><b>-Realiza juegos senso-perceptivos, donde reconoce texturas, olores, colores, formas, direcciones, movimientos.</b></p> <p><b>Realiza ejercicios para el desarrollo del ajuste postural.</b></p> <p><b>Realiza ejercicios de respiración.</b></p> <p><b>Tensión y relajación y equilibrio</b></p>	<p><b>Demuestra control emocional en las actividades que le generan temor.</b></p> <p><b>Explora con gusto las diferentes posibilidades de su cuerpo para obtener información del entorno.</b></p> <p><b>Participa activamente en diferentes ejercicios motrices.</b></p> <p><b>Da importancia al desarrollo del ajuste postural mediante ejercicios físicos.</b></p>
--	---	---

### 7.1.49. Objetivos. Segundo Período Del Grado 3°

GRADO	GRADO 3°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</li> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>



**7.1.50. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 3°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 3°
Competencia motriz; Competencia expresiva corporal

**7.1.51. Pregunta O Competencia motriz: Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.**

**7.1.52. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades**  
**Competencia motriz: Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.**

**7.1.53. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades**  
**Competencia motriz: Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.**

**7.1.54. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.**

**7.1.55. es corporales y cognitivas.**

**7.1.56. ades corporales y cognitivas.**

**7.1.57. Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 3°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 3°
¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?

**7.1.58. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 3°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 3°			
Realizo distintas posturas en estado de reposo y en	expreso Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices	Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y	



movimiento.  Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.	<b>individuales y en equipo</b>	<b>realizar actividad física.</b>	

### 7.1.59. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 3°

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	<b>Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.</b>	Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.

### 7.1.60. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 3°

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Coordinación general. Iniciación rítmica.  Pre deportivos: atletismo, lanzamientos. Hábitos de	<b>-Realiza juegos pre deportivos poniendo en práctica su fundamentación.</b>	<b>Muestra interés y motivación en la práctica de juegos pre deportivos. -Valora la práctica de la educación física en el desarrollo sicomotriz. -</b>



<p>higiene y nutrición.</p> <p>Importancia del estiramiento en las actividades físicas. Juegos de conjunto: trabajo en equipo, reglas y normas.</p> <p>El deporte de competencia.</p> <p>El microfútbol y el baloncesto.</p>	<p><b>-Realiza ejercicios para el desarrollo de habilidades motoras básicas.</b></p>	<p><b>Valora su propio trabajo y el de sus compañeros.</b></p>

### 7.1.61. Objetivos. Tercer Período Del Grado 3°

GRADO	GRADO 3°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</li> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>

### 7.1.62. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 3°

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 3°
Competencia motriz; Competencia expresiva corporal

### 7.1.63. Pregunta O Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 3°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 3°
¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?



**7.1.64. Ejes De Los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 3°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 3°			
Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales.	<b>Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades.</b>	<b>Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física.</b>	
	<b>Identifico variaciones en mi respiración y sistema cardiaco en diferentes actividades físicas.</b>		

**7.1.65. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 3°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.	<b>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</b>	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros



### 7.1.66. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 3°

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Recreación y creatividad.</p> <p>El cuidado del cuerpo. rutinas, normas y medidas de seguridad. Efectos de la actividad física en la salud y en el mantenimiento corporal. Iniciación a las danzas. El deporte: fútbol y el voleibol. Trabajos en equipo: relevos, carreras y competencias en conjunto. Juguetes deportivos con material de reciclaje. Juegos tradicionales (el trompo, canicas, el lazo, la lleva.</p>	<p><b>Realiza trabajos manuales de manera creativa.</b></p> <p><b>-Presenta oportunamente los trabajos propuestos.</b></p>	<p><b>-Muestra interés y motivación en la realización de trabajos manuales.</b></p> <p><b>-Se recrea utilizando racionalmente los recursos disponibles.</b></p> <p><b>-Valora la importancia del trabajo en equipo en la realización de trabajos manuales.</b></p> <p><b>-Valora sus propios trabajos y los de sus compañeros</b></p>

#### • Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 3º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c	- Elaboración de instrumento musical (ejemplo: maracas).	- Realización de ejercicios de relajación con música, donde los niños deban permanecer en una posición de quietud y	- Escuchar diferentes canciones y melodías siguiendo el ritmo en las mismas con diferentes



u p e r a c i ó n	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juego de roles imitando sonidos, gestos y acciones de personas, animales y cosas.</li> <li>- Consulta sobre el baloncesto: principios básicos.</li> <li>- Consulta y exposición de los beneficios de la actividad física.</li> </ul>	concentración.  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de ejercicios de yoga para niños, manteniendo el control corporal.</li> <li>- Taller sobre el baloncesto: elementos, reglas, entre otros (básicos)</li> <li>- Realización de juegos sensoriales.</li> </ul>	partes del cuerpo.  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Juego de imitación “el espejo”.</li> <li>- Estudio de caso: salud y actividad física.</li> <li>- Sopa de letras sobre hábitos de vida saludables.</li> </ul>
D e  N i v e l a c i ó n			
D e  P			



r  
o  
f  
u  
n  
d  
i  
z  
a  
c  
i  
ó  
n

#### 7.1.67. Docentes Del Grado 4°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MARCELA GALLEGO	PRINCIPAL	4	liliana.gallego@iejva.edu.co

#### 7.1.68. Objetivo Del Ciclo II

CICLO	CICLO II
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 2 los estudiantes de los grados 4° y 5° de la institución educativa Joaquín Vallejo Arbeláez estarán en capacidad de reconocer los fundamentos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos, identificar las técnicas para la expresión corporal y reflexionar acerca del valor de la actividad física para su formación personal.

#### 7.1.69. Objetivos. Primer Período Del Grado 4°

GRADO	GRADO 4°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Identificar movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física, aplicando reglas de diferentes prácticas deportivas.



**7.1.70. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 4°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 4°

Competencia motriz y corporal

**7.1.71. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 4°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 4°

¿Qué tipo de actividades lúdicas y deportivas permiten el desarrollo y buen desempeño corporal?

**7.1.72. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 4°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 4°

- Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.
- Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos
- Tomo el momento del juego como independiente de las tareas escolares.

**7.1.73. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 4°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 4°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

- Identificación de la importancia del calentamiento para todas las actividades lúdico-deportivas, a través de ejercicios prácticos, con el fin de que el estudiante cuide su cuerpo de lesiones.

- Aplicación de las habilidades motrices básicas en los ejercicios físicos y lúdicos, por medio de relevos y circuitos, con la intención de mejorar la resistencia y capacidad física del estudiante.



**7.1.74. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 4°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 4°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-Importancia de la actividad física -Hábitos saludables -El calentamiento -Recuperación física -La lúdica y el juego -Hábitos de higiene -Plan de apoyo		

**7.1.75. Objetivos. Segundo Período Del Grado 4°**

GRADO	GRADO 4°
OBJETIVOS PERÍODO 2	-Analizar diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas. -Aplicar reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.

**7.1.76. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 4°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 4°
Competencia expresivo motriz, axiológica corporal.



**7.1.77. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 4°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 4°

¿De qué manera se puede mejorar la práctica deportiva por medio de actividades individuales y grupales?

**7.1.78. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 4°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 4°

- Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.
- Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.
- Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.

**7.1.79. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 4°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 4°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-------------------------------	--------------------------------	-------------------------

- Aplicación de las habilidades motrices básicas de movimiento en los ejercicios y juegos, por medio de actividades de relevos y circuitos, con el fin de que el estudiante mejore la resistencia y la capacidad física.
- Establecimiento de la relación dinámica entre el movimiento corporal y el uso de implemento, a través de actividades deportivas individuales y grupales, con el fin de que el estudiante tenga cuidado con su cuerpo y los materiales deportivos.

**7.1.80. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 4°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 4°



SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-Capacidades físicas (Fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) -Rondas y juegos -El baile, movimientos básicos -Mis emociones		

### 7.1.81. Objetivos. Tercer Período Del Grado 4°

GRADO	GRADO 4°
OBJETIVOS PERÍODO 3	-Identificar técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física. -Valorar mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales. -Aplicar formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.

### 7.1.82. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 4°

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 4°
Motriz, expresivo corporal, axiológica corporal

### 7.1.83. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 4°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 4°
¿Cómo beneficia el desarrollo de las capacidades físicas para mejorar las condiciones personales?

### 7.1.84. Ejes de los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 4°

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 4°
--



- Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.
- Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.
- Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.

### 7.1.85. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 4°

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 4°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>-Reconocimiento de las capacidades físicas durante la realización de un ejercicio, a través de ejercicios de locomoción, para fortalecer el seguimiento de instrucciones y normas.</p> <p>-Reconocimiento de los juegos predeportivos y deportivos, realizando diferentes actividades como lanzar, rebotar, para mejorar el rendimiento en los deportes y el fortalecimiento de normas.</p>		

### 7.1.86. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 4°

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 4°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>-Recetas saludables</p> <p>-Entrenamiento físico full body</p> <p>-Reglas de juego (El fútbol)</p> <p>-Entrenamiento Hiit y su importancia para el cuerpo</p> <p>-Posturas de yoga para el manejo de las emociones.</p>		



• Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 4º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
De r e c u p e r a c i ó n	-Talleres escritos sobre los temas vistos. -Confrontación y sustentación de los talleres -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos. -Confrontación y sustentación de los talleres -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos. -Confrontación y sustentación de los talleres -Evaluación escrita y práctica
D N i v e l a c i ó n	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.
D e p	-Conformación de equipos para el desarrollo de	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas -Realización de cartilla de	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas -Realización de cartilla de



r o f u n d i z a c i ó n	técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables	hábitos saludables	hábitos saludables
---	---	--------------------	--------------------

#### 7.1.87. Docentes Del Grado 5°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MARCELA GALLEGO	PRINCIPAL	5°	liliana.gallego@iejva.edu.co

#### 7.1.88. Objetivo Del Ciclo II

CICLO	CICLO II
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 2 los estudiantes de los grados 4° y 5° de la institución educativa Joaquín Vallejo Arbeláez estarán en capacidad de reconocer los fundamentos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos, identificar las técnicas para la expresión corporal y reflexionar acerca del valor de la actividad física para su formación personal

#### 7.1.89. Objetivos. Primer Período Del Grado 5°

GRADO	GRADO 5°
OBJETIVOS PERÍODO 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consolidar los conceptos básicos de educación física en diferentes actividades, identificando su beneficio para el desarrollo físico y mental</li> <li>- Utiliza la expresión corporal a través de la música y el baile.</li> <li>- Utiliza los fundamentos físicos y habilidades motrices en la</li> </ul>



	<p>práctica del mini baloncesto.</p> <p>- Potencia el desarrollo de las capacidades físicas Condicionales y coordinativas a través de la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.</p>
--	--

### 7.1.90. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 5°

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 5°
Físico motriz, expresiva corporal, axiológica corporal

### 7.1.91. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 5°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 5°
¿Cómo elaboro mi concepto general de Educación Física, recreación y deporte?

### 7.1.92. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 5°

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 5°
- Practica diferentes disciplinas deportivas con sentido ético y humanista.
- Domina las diferentes habilidades, destrezas y fundamentos deportivos.
- Realiza actividades deportivas donde se respeta a sí mismo, a sus compañeros y comunidad en general.
-Maneja la plasticidad de su cuerpo, ritmo y expresión corporal.

### 7.1.93. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 5°

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 5°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-Reconocimiento de las diferentes disciplinas deportivas, por medio de actividades lúdicas y		



recreativas, asumiendo las normas y reglas de juego.

-Realización de actividades deportivas en diferentes escenarios, cuidando y respetando cada uno de los implementos deportivos.

-Establecimiento de la relación dinámica entre el movimiento corporal y el uso de implemento, a través de actividades deportivas individuales y grupales, con el fin de que el estudiante tenga cuidado con su cuerpo y los materiales deportivos.

### 7.1.94. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 5°

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERIODO GRADO 5°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidando mi cuerpo.</li> <li>- Higiene corporal.</li> <li>- Higiene y actividad física.</li> <li>-Calentamiento y recuperación física</li> <li>- Ambiente y actividad física.</li> <li>- Identificación segmentaria.</li> </ul>		

### 7.1.95. Objetivos. Segundo Período Del Grado 5°

GRADO	GRADO 5°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dominar las diferentes habilidades, destrezas y fundamentos deportivos.</li> <li>- Realizar actividades deportivas donde se respete a sí mismo, a sus compañeros y comunidad en general.</li> <li>- Adoptar y dominar la sociabilidad deportiva como elemento para su desarrollo personal, asimilando las reglas de juego y las diferentes individualidades.</li> </ul>



**7.1.96. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 5°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 5°

Físico motriz, expresiva corporal, axiológica corporal

**7.1.97. Pregunta o Situación Problematizadora. Segundo Período Del Grado 5°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 5°

¿Cómo desarrollar en los niños y las niñas el esquema corporal y los diferentes pre deportivos a través de la educación física a la vez que sean utilizándolos como un medio de socialización con los demás y el medio que los rodea?

**7.1.98. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 5°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 5°

-Practica diferentes disciplinas deportivas con sentido ético y humanista. - Domina las diferentes habilidades, destrezas y fundamentos deportivos. - Realiza actividades deportivas donde se respeta a sí mismo, a sus compañeros y comunidad en general. - Adopta y domina la sociabilidad deportiva como elemento para su desarrollo personal, asimilando las reglas de juego y las diferentes individualidades.

**7.1.99. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 5°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 5°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

-Aplicación de las habilidades motrices básicas de movimiento en los ejercicios y juegos, por medio de actividades de relevos y circuitos, con el fin de que el estudiante mejore la resistencia y la capacidad física



**7.1.100. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 5°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 5°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades Atléticas</li> <li>- Correr</li> <li>- Saltar</li> <li>- Caer</li> <li>- Posiciones Atléticas</li> <li>- Coordinación Atlética</li> <li>- Habilidades de pensamiento: ajedrez.</li> </ul>		

**7.1.101. Objetivos. Tercer Período Del Grado 5°**

GRADO	GRADO 5°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificar técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</li> <li>-Valorar mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</li> </ul>

**7.1.102. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 5°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 5°
Competencia motriz, expresiva corporal, axiológica corporal.



**7.1.103. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 5°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 5°

¿Cómo potenciar el desarrollo de las capacidades físicas?

**7.1.104. Ejes de los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 5°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 5°

-Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.

-Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.

**7.1.105. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 5°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 5°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

-Identificación de las técnicas de expresión corporal para la regulación emocional, para asumir una actitud de respeto con los demás.

-Valoración de la capacidad para realizar actividad física, teniendo en cuenta las condiciones personales.

**7.1.106. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 5°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 5°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER  
(ACTITUDINAL)

-El yoga como práctica sanadora

-Entrenamiento Hiit

-Actividad física (capacidades físicas)



-Tae-bo  
-Juegos pre-deportivos de fútbol.

● Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 5º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p e r a c i ó n	-Talleres escritos sobre los temas vistos.  -Confrontación y sustentación de los talleres  -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos.  -Confrontación y sustentación de los talleres  -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos.  -Confrontación y sustentación de los talleres  -Evaluación escrita y práctica
	D N i v e l a c i ó n	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares  -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares  -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.



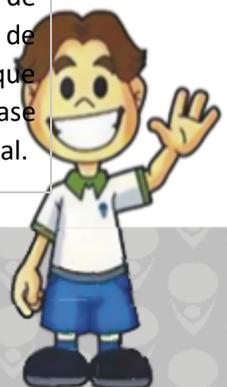
D e  P r o f u n d i z a c i ó n	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables

**7.1.107. Docentes Del Grado 6°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
EDINSON ARISTIZABAL	PRINCIPAL	6°	edinson.aristizabal@iejva.edu.co

**7.1.108. Objetivo Del Ciclo III**

CICLO	CICLO III
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar este ciclo los estudiantes de sexto de la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez del programa estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.



**7.1.109. Objetivos. Primer Período Del Grado 6°**

GRADO	GRADO 6°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Conocer la importancia de las habilidades motrices básicas en el desarrollo físico motriz del ser humano.

**7.1.110. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 6°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 6°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**7.1.111. Pregunta O Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 6°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 6°
¿Cómo la actividad física y deportiva contribuyen al fortalecimiento de mis habilidades motrices básicas?

**7.1.112. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 6°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 6°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización movimientos.</li> <li>• Relaciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</li> <li>• Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad para lograr mis metas y conservar mis fortalezas.</li> </ul>



**7.1.113. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 6°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Comprensión del concepto de habilidades motrices básicas y los efectos de la actividad física en el fortalecimiento de estas, teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por el docente orientador.</p> <p>Perfeccionamiento de las posturas corporales propias de las técnicas de movimiento de acuerdo a los conceptos estudiados en clase y asumiendo una actitud responsable en cada una de las prácticas.</p>		

**7.1.114. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 6°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Enumeración y reconocimiento de cada una de las habilidades motrices básicas que tiene el ser humano.</p>	<p>Realización de actividades teóricas y prácticas relacionadas con las habilidades motrices básicas.</p>	<p>Reconoce las habilidades motrices básicas como factores protectores de la salud y la utilización adecuada del tiempo libre.</p>

**7.1.115. Objetivos. Segundo Período Del Grado 6°**

GRADO	GRADO 6°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Conocer la realidad de la práctica del atletismo y la gimnasia en su entorno.



**7.1.116. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 6°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 6°

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corpoal

**7.1.117. Pregunta O Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 6°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 6°

¿Por qué el atletismo y la gimnasia son considerados deportes de base para el acercamiento a los demás deportes?

**7.1.118. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 6°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 6°

- Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida la importancia de mi tiempo para la actividad.
- Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.

**7.1.119. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 6°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 6°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)



SABER HACER (PROCEDIMENTAL)
SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Comprensión de las generalidades conceptuales del atletismo y la gimnasia y su puesta en práctica en las distintas actividades orientadas por el docente, teniendo presente cada uno de los acuerdos de clase.</p> <p>Ejecución secuencial de los patrones de movimientos básicos de cada deporte de manera eficaz, responsable y respetando cada uno de los criterios acordados.</p>

**7.1.120. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 6°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de las generalidades del atletismo y la gimnasia como deportes de base	Realización de diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas	Participa activamente en las pruebas de pista y campo

**7.1.121. Objetivos. Tercer Período Del Grado 6°**

GRADO	GRADO 6°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Conocer la importancia de los juegos predeportivos y tradicionales en la consolidación del dominio de las habilidades motrices básicas.



**7.1.122. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 6°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 6°

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

**7.1.123. Pregunta O Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 6°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 6°

¿De qué manera los juegos tradicionales y predeportivos fortalecen la sana convivencia en mi entorno social?

**7.1.124. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 6°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 6°

- Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
- Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.
- Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.

**7.1.125. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 6°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 6°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)



Reconocimiento de la importancia de los juegos tradicionales y predeportivos como elementos fundamentales en el mejoramiento de mis relaciones interpersonales y trabajo cooperativo.

Comprensión de la diferencia entre juegos tradicionales y juegos predeportivos a través de actividades teóricas y prácticas siguiendo las pautas acordadas en clase.

### 7.1.126. **Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 6°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Generalidades de los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Diferencia entre juegos tradicionales y predeportivos.</p> <p>Integración de juegos deportivos tradicionales y predeportivos.</p>	<p>Participación activa en los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Planeación y ejecución de juegos tradicionales y predeportivos de manera individual y grupal.</p>	<p>Valora los juegos predeportivos y tradicionales como herramienta para la integración y sana convivencia</p>

- **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

#### PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 6º

	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
--	-----------	-----------	-----------



De recuperación	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.
De Nivelación	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes
De Profundización	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.

**7.1.127. Docentes Del Grado 7°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
EDINSON ARISTIZABAL	PRINCIPAL	7º	edinson.aristizabal@iejva.edu.co



**7.1.128. Objetivo Del Ciclo III**

CICLO	CICLO III
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar este ciclo los estudiantes de séptimo de la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez del programa estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.

**7.1.129. Objetivos. Primer Período Del Grado 7°**

GRADO	GRADO 7°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Comprender los aspectos más relevantes de la preparación física y los cambios que se generan en el cuerpo a partir de su práctica.

**7.1.130. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 7°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 7°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**7.1.131. Pregunta O Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 7°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 7°

¿En qué aspectos la preparación física nos ayuda a comprender los cambios del cuerpo con la práctica de la actividad física?



**7.1.132. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 7°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 7°

- Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria. Organizo juegos para desarrollar en la clase.
- Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.
- Práctico elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas.

**7.1.133. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 7°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 7°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

Comprensión del concepto de preparación física e identificación de los cambios que se dan durante la práctica de manera eficiente y responsable

Ejecución de diferentes pruebas que miden la condición física , identificando los diferentes estados fisiológicos y emocionales que se presentan durante la práctica.

**7.1.134. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 7°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 7°

SABER CONOCER

SABER HACER

SABER SER



(CONCEPTUAL)	(PROCEDIMENTAL)	(ACTITUDINAL)
Relación de mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo.	Aplicación de las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.	Identificación de mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar mis fortalezas.

**7.1.135. Objetivos. Segundo Período Del Grado 7°**

GRADO	GRADO 7°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Conocer el concepto de iniciación deportiva y su importancia en la adquisición de gestos técnicos en diferentes disciplinas deportivas

**7.1.136. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 7°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 7°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**7.1.137. Pregunta O Situación Problematizadora. Segundo Período Del Grado 7°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 7°
¿ Qué importancia tiene la iniciación deportiva para adquirir gestos técnicos en diferentes deportes ?



**7.1.138. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 7°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 7°

- Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.
- Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
- Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas de iniciación deportiva.

**7.1.139. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 7°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 7°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

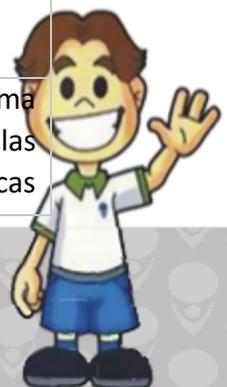
SABER SER (ACTITUDINAL)

Comprensión del concepto de iniciación deportiva y su importancia en la adquisición de bases sólidas para participar en diferentes disciplinas deportivas, asumiendo una actitud positiva en las actividades propuestas.

**7.1.140. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 7°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 7°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación de las generalidades de los diferentes deportes	Ejecución de los diferentes fundamentos técnicos de	Participa de forma colaborativa en las diferentes prácticas



	cada deporte.	deportivas.
--	---------------	-------------

**7.1.141. Objetivos. Tercer Período Del Grado 7°**

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Conocer la generalidades del softbol , su reglamento y aprender a practicarlo.

**7.1.142. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 7°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 7°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**7.1.143. Pregunta O Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 7°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 7°
---

¿Cómo el softbol contribuye a la exploración de movimientos y a la formación en valores?

**7.1.144. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 7°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 7°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Domino tecnicas y tacticas de prácticas deportivas</li> <li>• Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física</li> <li>• Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una</li> </ul>



alternativa importante.

**7.1.145. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 7°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 7°
<p>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</p> <p>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</p> <p>SABER SER (ACTITUDINAL)</p>
<p>Comprensión de las diferentes características del softbol a través de la práctica de los diferentes gestos técnicos, respetando el reglamento básico y participando de forma activa y colaborativa en las actividades.</p> <p>Conocimiento de los gestos técnicos y tácticos del softbol por medio de patrones de movimientos definidos en ejercicios específicos y juegos predeportivos, asumiendo con respeto y responsabilidad los acuerdos de clase.</p>

**7.1.146. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 7°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 7°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de las reglas básicas del softbol	Práctica de los diferentes gestos técnicos del softbol	Participo en las diferentes actividades deportivas planeadas en clase valorándolas como estrategia para mi formación personal



--	--	--

• Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 7º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
De recuperación	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.
De Nivelación	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes
De Profundización	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.



- 1.1.1. Caminar en secundaria 6°-7° materia
- Docentes Del Grado primer periodo

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Carlos Mario Flórez Pereira	Central	6°-7°	carlos.florez@iejva.edu.co

- 1.1.2. Objetivo Del Ciclo Caminar en secundaria
- 1.1.3.

CICLO	CAMINAR EN SECUNDARIA



**OBJETIVO DEL CICLO**

Al terminar este ciclo los estudiantes de sexto y séptimo de la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez del programa caminar en secundaria estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.

- **1.1.4. Competencias A Desarrollar primer periodo Caminar en secundaria 6º y 7º**
- 

**COMPETENCIAS PERIODO 1 CAMINAR EN SECUNDARIA 6º y 7º**

**Competencia motriz**

**Competencia expresiva corporal**

**Competencia axiológica corporal**



- **1.1.5. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**



**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 1 GRADOS 6º Y 7º**

¿Cómo la actividad física y deportiva contribuyen al fortalecimiento de mis habilidades motrices básicas?

- **1.1.6. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**

- **2.**

**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 CAMINAR SECUNDARIA 6º Y 7º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**



Comprensión del concepto de habilidades motrices básicas y los efectos de la actividad física en el fortalecimiento de estas, teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por el docente orientador.

Perfeccionamiento de las posturas corporales propias de las técnicas de movimiento de acuerdo a los conceptos estudiados en clase y asumiendo una actitud responsable en cada una de las prácticas.

■ **2.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**

CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA PRIMER PERIODO 6°-7°		
<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>



<p>Enumeración y reconocimiento de cada una de las habilidades motrices básicas que tiene el ser humano.</p>	<p>Realización de actividades teóricas y prácticas relacionadas con las habilidades motrices básicas.</p>	<p>reconoce las habilidades motrices básicas como factores protectores de la salud y la utilización adecuada del tiempo libre.</p>
--	---	--

**2.1.2. Competencias A Desarrollar primer periodo Caminar en secundaria 6º y 7º**



**COMPETENCIAS PERIODO 2 CAMINAR EN SECUNDARIA 6º y 7º**

**Competencia motriz**

**Competencia expresiva corporal**

**Competencia axiológica corporal**

■ **2.1.3. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**

■

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 2 GRADOS 6º Y  
7º**

¿Por qué el atletismo y la gimnasia son considerados deportes de base para el acercamiento a los demás deportes?

■ **2.1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 CAMINAR SECUNDARIA 6º Y 7º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Comprensión de las generalidades conceptuales del atletismo y la gimnasia y su puesta en práctica en las distintas actividades orientadas por el docente, teniendo presente cada uno de los acuerdos de clase.

Ejecución secuencial de los patrones de movimientos básicos de cada deporte de manera eficaz, responsable y respetando cada uno de los criterios acordados.

■ **3.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**

**CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA SEGUNDO PERIODO 6º-7º**



<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>Comprensión de las generalidades del atletismo y la gimnasia como deportes de base</p>	<p>Realización de diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas</p>	<p>Participa activamente en las pruebas de pista y campo</p>

- 
- **3.1.2. Competencias A Desarrollar tercer periodo Caminar en secundaria 6º y 7º**



### COMPETENCIAS PERIODO 3 CAMINAR EN SECUNDARIA 6º y 7º

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

#### ■ 3.1.3. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria

■

#### PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 3 GRADOS 6º Y 7º

¿De qué manera los juegos tradicionales y predeportivos fortalecen la sana convivencia en mi entorno social?

#### ■ 1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria



### INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 CAMINAR SECUNDARIA 6º- 7º

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Reconocimiento de la importancia de los juegos tradicionales y predeportivos como elementos fundamentales en el mejoramiento de mis relaciones interpersonales y trabajo cooperativo.

Comprensión de la diferencia entre juegos tradicionales y juegos predeportivos a través de actividades teóricas y prácticas siguiendo las pautas acordadas en clase.

#### ■ 4.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria

### CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA TERCER PERIODO 6º - 7º



<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>Generalidades de los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Diferencia entre juegos tradicionales y predeportivos.</p> <p>Integración de juegos deportivos tradicionales y predeportivos.</p>	<p>Participación activa en los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Planeación y ejecución de juegos tradicionales y predeportivos de manera individual y grupal.</p>	<p>Valora los juegos predeportivos y tradicionales como herramienta para la integración y sana convivencia</p>

- **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

**PLANES DE APOYO PARA CAMINAR EN SECUNDARIA 6º-7º**



	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
<b>De recuperación</b>	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logro durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logro durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logro durante el periodo.
<b>De Nivelación</b>	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes
<b>De Profundización</b>	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.



--	--	--	--

**7.1.147. Docentes Del Grado 8°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	8º	magda.osorio@iejva.edu.co

**7.1.148. Objetivo Del Ciclo IV**

CICLO	CICLO IV
OBJETIVO DEL CICLO	Al finalizar el ciclo los estudiantes estarán en la capacidad de realizar sus propias actividades y ejercicios que los lleven mejorar su condición física y su calidad de vida, siendo consciente de la importancia de realizar dichas actividades bajo unas condiciones específicas.

**7.1.149. Objetivos. Primer Período Del Grado 8°**

GRADO	GRADO 8°
OBJETIVOS	Identificar las capacidades físicas y reconocer que su práctica organizada



PERÍODO 1	contribuye al mejoramiento de la condición física y de la salud en general.
-----------	---

**7.1.150. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 8°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 8°
AXIOLÓGICA CORPORAL Y MOTRIZ

**7.1.151. Pregunta O Situación Problematizadora. Primer Período Del Grado 8°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 8°
¿Cómo el entrenamiento de las habilidades y capacidades motrices ayudan al mejoramiento de la calidad de vida?

**7.1.152. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 8°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 8°
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.</li> <li>Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético</li> <li>Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego.</li> </ul>

**7.1.153. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 8°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable, participando en las actividades propuestas con una actitud positiva y colaborativa		



**7.1.154. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 8°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación de cada una de las capacidades físicas y su importancia para la salud	Participo activamente en ejercicios, juegos y actividades desarrolladas en clase	Demuestro interés y actitud positiva en actividades teóricas y practicas relacionadas con las habilidades y capacidades motrice

**7.1.155. Objetivos. Segundo Período Del Grado 8°**

GRADO	GRADO 8°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.

**7.1.156. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 8°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 8°
EXPRESIVO MOTRIZ , AXIOLÓGICA CORPORAL, MOTRIZ

**7.1.157. Pregunta O Situación Problematizadora. Segundo Período Del Grado 8°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 8°
¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?



**7.1.158. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 8°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 8°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.</li> <li>• Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente</li> <li>• Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.</li> </ul>

**7.1.159. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 8°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Participación adecuada en ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación, conociendo su importancia y valorando cada actividad como un refuerzo para su formación personal		

**7.1.160. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 8°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Selección de expresiones y movimientos para consultar y explicar a los demás.	Ejecuto adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.	Mantengo una actitud de tolerancia  , respeto y colaboración hacia los compañeros durante las actividades grupales



**7.1.161. Objetivos. Tercer Período Del Grado 8°**

GRADO	GRADO 8°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Relacionar la práctica deportiva con el desarrollo físico motriz y las condiciones de salud y bienestar

**7.1.162. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 8°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 8°
AXIOLÓGICA Y MOTRIZ

**7.1.163. Pregunta O Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 8°**

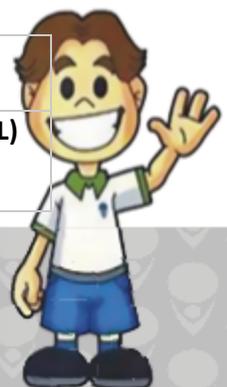
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 8°
¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?

**7.1.164. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 8°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 8°
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético</li> <li>● Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego.</li> <li>● Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.</li> <li>● Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.</li> </ul>

**7.1.165. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 8°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)



Comprensión de la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable, participando de las actividades y asumiendo una actitud positiva y colaborativa

### 7.1.166. **Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 8°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifico los diferentes gestos técnicos de los deportes de raqueta y bate	Ejecuto los diferentes gestos técnicos de los deportes de raqueta y bate	Reconozco que todos somos diferentes y respeto esas diferencias las cuales enriquecen el trabajo en equipo

#### ● Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 8º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p e r a		*Orientación personal	*Orientación personal
		* Talleres de los temas vistos.	* Talleres de los temas vistos.
		Carteleras *	Carteleras *
		Autoevaluación *	Autoevaluación *
	*Orientación personal	Actividad práctica de los fundamentos motrices y deportivos	Actividad práctica de los fundamentos motrices y deportivos
	* Talleres de los temas vistos.		
	* Carteleras *		
	Autoevaluación *		



c i ó n	Actividad práctica de los fundamentos motrices y deportivos		
D e  N i v e l a c i ó n	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual
D e  P r o f  u n d i z a c i ó n	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria



**7.1.167. Docentes Del Grado 9°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	9º	magda.osorio@iejva.edu.co

**7.1.168. Objetivo Del Ciclo IV**

CICLO	CICLO IV
OBJETIVO DEL CICLO	Al finalizar el ciclo los estudiantes estarán en la capacidad de realizar sus propias actividades y ejercicios que los lleven mejorar su condición física y su calidad de vida, siendo consciente de la importancia de realizar dichas actividades bajo unas condiciones específicas.

**7.1.169. Objetivos. Primer Período Del Grado 9°**

GRADO	GRADO 9°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Reconocer que los hábitos saludables son el principio de una salud física y mental que contribuirá a mejorar la calidad de vida

**7.1.170. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 9°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 9°
Axiológica, expresivo corporal y motriz

**7.1.171. Pregunta O Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 9°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 9°
¿Cuál es la importancia de practicar hábitos saludables y actividades motrices y cuales



son las consecuencias de no hacerlo, tanto a nivel familiar como individual?

**7.1.172. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 9°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 9°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida</li> <li>• Realizo actividades físicas para la conservación de mi salud.</li> <li>• Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico</li> <li>• Reconozco las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.</li> <li>• Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre.</li> </ul>

**7.1.173. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 9°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación y realización de actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable y calidad de vida apuntando a ser ejemplo y referente en el grupo por su orden, compromiso y vida saludable.		

**7.1.174. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 9°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifico los diferentes las diferentes categorías de	Diseño cartilla de hábitos saludables con mensajes	Muestro interés por establecer ambientes



hábitos saludables y los analizo en la vida personal, reconociendo el daño que hace para la salud no tenerlos presentes	educativos que los promuevan .  Practico actividades físicas como parte de los hábitos saludables	respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.

**7.1.175. Objetivos. Segundo Período Del Grado 9°**

GRADO	GRADO 9°
OBJETIVOS PERÍODO 2	" Utilizar actividades lúdicas y deportivas para fortalecer los valores y mejorar elementos técnicos fundamentales y reglamentarios de diferentes disciplinas deportivas.

**7.1.176. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 9°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 9°
Competencia motriz, axiológica y expresivo corporal

**7.1.177. Pregunta O Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 9°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 9°
¿Cómo logro establecer relaciones entre las diferentes expresiones y capacidades motrices que aplico en los diferentes deportes de conjunto?

**7.1.178. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 9°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 9°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos</li> </ul>



motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas.

- Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices.
- Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos dependiendo de la disciplina deportiva
- Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación

**7.1.179. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 9°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación las reglas básicas del deporte trabajado, participando de forma activa en situaciones de juego y reconociendo la importancia del trabajo en equipo para la obtención de buenos resultados.		

**7.1.180. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 9°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación de las reglas básicas del deporte trabajado, así como la importancia del trabajo en equipo para la obtención de buenos resultados	Ejecución de ejercicios de fundamentación técnica realizados de forma individual y grupal	Participación activa y colaborativa en diferentes situaciones de juego ajustándose al reglamento y al trabajo en equipo



**7.1.181. Objetivos. Tercer Período Del Grado 9°**

GRADO	GRADO 9°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Generar estrategias para la práctica de acciones motrices que apunten a la recreación y utilización adecuada del tiempo libre en el marco de las competencias ciudadanas

**7.1.182. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 9°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 9°
Competencia motriz, axiológica y expresivo corporal

**7.1.183. Pregunta O Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 9°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 9°
Como la lúdica y la recreación pueden ser un medio para afianzar las competencias ciudadanas?

**7.1.184. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 9°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 9°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego, reconociendo la diferencia y respetando al adversario</li> <li>• Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación como integrante de una sociedad</li> <li>• Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego y la sana convivencia</li> <li>• Participo en la ejecución y organización de actividades institucionales, en beneficio del desarrollo de competencias ciudadanas y motrices</li> <li>• Selecciono actividades lúdicas para el uso adecuado del tiempo libre</li> </ul>



**7.1.185. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 9°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Reconoce la importancia de la utilización adecuada del tiempo libre, participando en diferentes actividades lúdico-recreativas teniendo como principio ejecutor las competencias ciudadanas a la hora de relacionarse con el otro		

**7.1.186. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 9°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Familiarización con conceptos básicos como lúdica, recreación, juego, competencias ciudadanas, tiempo libre, trabajo en equipo, entre otros	Desarrollo y participación activa en actividades lúdicas, juegos y desafíos recreativos	Práctica constante de las competencias ciudadanas y valores como el respeto, la empatía

● **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 9°			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p		Orientación personal * Talleres de los temas vistos. * Carteleras * Autoevaluación * Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportiva	Orientación personal * Talleres de los temas vistos. * Carteleras * Autoevaluación * Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportiva



e r a c i ó n	*Orientación personal * Talleres de los temas vistos. * Cartelera * Autoevaluación * Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas		
D e  N i v e l a c i ó n	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual
D e P r o f u n d i z a c i ó n	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria



- **1.1.1. Caminar en secundaria 8°-9° materia**
- **Docentes Del Grado 8°- 9° primer periodo**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Carlos Mario Flórez Pereira	Central	8°-9°	carlos.florez@iejva.edu.co

- **1.1.2. Objetivo Del Ciclo Caminar en secundaria**
- 

CICLO	CAMINAR EN SECUNDARIA
<b>OBJETIVO DEL CICLO</b>	Al terminar este ciclo los y las estudiantes de caminar en secundaria la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez estarán en condiciones de mejorar sus capacidades físicas aplicando las categorías de movimiento en las diferentes actividades deportivas y recreativas y reconoces su importancia en la formación personal



- **1.1.3. Competencias A Desarrollar. Caminar en secundaria**
- 

**COMPETENCIAS: CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 1 GRADOS 8º-9º**

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

- **1.1.4. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**
- 

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 1 GRADOS 8º-9º**

¿De qué manera el fortalecimiento de mis capacidades físicas básicas contribuye en la conservación de mi salud?



- **1.1.5. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**

- 

### INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 CAMINAR SECUNDARIA 8º-9º

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de las capacidades físicas por medio de la ejecución de ejercicios y actividades individuales y grupales, participando con interés en las actividades teóricas y prácticas, conforme a los acuerdos de clase.

Conocimiento del beneficio de la practica de actividad física en el fortalecimiento y conservación de la salud, siendo responsable en la ejecución de cada una de las actividades practicas y respetando los acuerdos de clase.

- **2.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**



CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA PRIMER PERIODO 8°-9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Abordaje conceptual de cada una de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Relación entre capacidades físicas básicas y salud.</p>	<p>Ejecución de diferentes ejercicios para el mejoramiento de cada una de las capacidades físicas.</p> <p>Planeación grupal de circuito físico encaminado al fortalecimiento de las capacidades físicas.</p>	<p>Participa de forma activa y ordenada en cada una de las pruebas y ejercicios físicos realizados de forma individual y grupal</p>

- **2.1.2. Competencias A Desarrollar. Caminar en secundaria**
- 



**COMPETENCIAS: CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 2 GRADOS 8º- 9º**

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

■ **2.1.3. Pregunta O Situación Problematizadora. Caminar en secundaria**

■

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 2 GRADOS 8º- 9º**

¿Por qué es importante la identificación de deportes que no son populares en mi entorno?

■ **2.1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 CAMINAR SECUNDARIA 8º- 9º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de las generalidades del béisbol y su puesta en práctica en las diferentes actividades programadas en el área, teniendo presente los criterios y acuerdos pactados con anterioridad.

Comprensión conceptual de los diferentes gestos técnicos del béisbol y su ejecución en situaciones reales de juego, conservando un trato ameno y de cordialidad con sus compañeros de clase.

■ **3.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**



**CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA SEGUNDO PERIODO 8°-9°**

<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>El béisbol: Conceptualización del deporte, historia, gestos técnicos básicos, reglamento básico.</p> <p>Conocimiento de las generalidades del beisbol demostrándolo mediante actividades escritas y sustentaciones orales.</p>	<p>Identificación de gestos técnicos elementales del beisbol, campo de juego y materiales propios de este.</p> <p>Fundamentación de los gestos técnicos del béisbol en situaciones reales de juego.</p>	<p>Participa con interés y armonía en las actividades del béisbol demostrando su comportamiento eficiente dentro y fuera del juego.</p> <p>Respeta e incentiva el trabajo en equipo en cada una de las actividades prácticas en relación al béisbol.</p>

■ **3.1.2. Competencias A Desarrollar. Caminar en secundaria**



**COMPETENCIAS: CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 3 GRADOS 8º-9º**

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

**3.1.3. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 3 GRADOS 8º-9º**

¿De qué manera el baloncesto como deporte de conjunto fortalece mi trabajo cooperativo?

**3.1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 CAMINAR SECUNDARIA 8º-9º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de las reglas básicas del baloncesto y su puesta en práctica en situaciones reales de juego, teniendo presente cada una de las instrucciones dadas por el docente.

Reconocimiento del trabajo cooperativo como factor preponderante en el fortalecimiento de mis relaciones interpersonales dentro y fuera del escenario deportivo.

■ **4.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**

**CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA TERCER PERIODO 8º - 9º**



<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>Baloncesto: Identificación de las reglas básicas del baloncesto.</p> <p>Importancia del trabajo en equipo y colaborativo para la obtención de buenos resultados.</p>	<p>Práctica de ejercicios de fundamentación técnica realizados de forma individual y grupal.</p> <p>Realización de juegos predeportivos del baloncesto encaminados a fortalecer el trabajo en equipo.</p>	<p>Participo activamente en los diferentes encuentros de baloncesto planeados en clase, respetando las reglas de juego y a mis compañeros.</p> <p>Reconozco el trabajo en equipo y colaborativo como herramienta fundamental para la obtención de objetivos comunes.</p>



PLANES DE APOYO PARA CAMINAR EN SECUNDARIA 8º- 9º

	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
<b>De recuperación</b>	Orientación personal.  Talleres sobre los temas vistos.  Carteleras  Autoevaluación  Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas	Orientación personal.  Talleres sobre los temas vistos.  Carteleras  Autoevaluación  Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas	Orientación personal.  Talleres sobre los temas vistos.  Carteleras  Autoevaluación  Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas



<p><b>De Nivelación</b></p>	<p>Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>
<p><b>De Profundización</b></p>	<p>Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria.</p>	<p>Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria.</p>	<p>Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria.</p>



--	--	--	--

**7.1.187. Docentes Del Grado 10°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	10º	magda.osorio@iejva.edu.co
CARLOS MARIO FLÓREZ	PRINCIPAL	10º	carlos.florez@iejva.edu.co

**7.1.188. Objetivo Del Ciclo V**

CICLO	CICLO V
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 5 los estudiantes de décimo y once de la Institución Educativa Joaquin Valejo Arbelaez estarán en capacidad de estructurar un plan personal que mejore su condición física que promueva su salud y prevenga la enfermedad, además de adelantar experiencias comunitarias aplicando los conocimientos adquiridos en administración deportiva y



	recreación.
--	-------------

**7.1.189. Objetivos. Primer Período Del Grado 10°**

GRADO	GRADO 10°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Reconocer la importancia de los hábitos saludables en la conservación de la salud

**7.1.190. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 10°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 10°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.
Axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
Competencia expresiva corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.

**7.1.191. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 10°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 10°
¿Por qué es importante conservar hábitos saludables en nuestra vida diaria y qué pautas seguir para su fortalecimiento ?

**7.1.192. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 10°**

■ <b>Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 10°</b>		
Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.



**7.1.193. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 10°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 10°
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)
SABER HACER (PROCEDIMENTAL)
SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Comprensión de la importancia y utilización de hábitos saludables en nuestra vida diaria como una herramienta fundamental para el fortalecimiento y conservación de la salud, realizando las actividades en clase de forma ordenada y siguiendo las indicaciones dadas.</p> <p>Ejecución de ejercicios prácticos de manera planificada y responsable teniendo presente la conceptualización estudiada en clase.</p> <p>Demostración de interés en el desarrollo de cada uno de los momentos de clase, conceptual o práctica.</p>

**7.1.194. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 10°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERIODO GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Influencia de los hábitos saludables en la calidad de vida de la persona	Utilización la actividad física como una herramienta para la conservación de la salud	Valoro la importancia de la actividad física como herramienta para la conservación de la salud



**7.1.195. Objetivos. Segundo Período Del Grado 10°**

GRADO	GRADO 10°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Estudiar las generalidades de la administración deportiva

**7.1.196. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 10°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 10°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos
Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos
Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**7.1.197. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 10°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 10°
¿De qué manera puedo implementar los conocimientos en administración deportiva en mi comunidad?

**7.1.198. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 10°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 10°		
Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.	Conformo equipos de juego para organizar y participar en diversos eventos y contextos	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.



**7.1.199. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 10°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de las generalidades de la administración deportiva evidenciándose en la realización y participación de campeonatos deportivos, asumiendo una actitud responsable y siguiendo las orientaciones acordadas en clase.	Aplicación de los conocimientos adquiridos en clase sobre administración deportiva en la planeación y ejecución de actividades deportivas y lúdicas respetando cada una de las indicaciones dadas por el docente.	Reconocimiento del trabajo en equipo como herramienta fundamental en la planificación y ejecución de actividades deportivas de acuerdo a los conocimientos sobre administración deportiva

**7.1.200. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 10°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERIODO GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de generalidades de la administración deportiva	Aplicación de diferentes modelos de fixture y sistemas de juego	Lidero y participo diferentes actividades orientadas a la realización de torneos deportivos.



**7.1.201. Objetivos. Tercer Período Del Grado 10°**

GRADO	GRADO 10°
OBJETIVOS PERÍODO 3	conocer los gestos técnicos y tácticos del voleibol y balonmano en situaciones reales de juego.

**7.1.202. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 10°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 10°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos
Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos
Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**7.1.203. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 10°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 10°
¿De qué manera la práctica deportiva contribuye a la conservación de mi salud y al fortalecimiento de las relaciones interpersonales?

**7.1.204. Ejes de los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 10°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 10°		
Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física	valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.



**7.1.205. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 10°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 10°
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)
SABER HACER (PROCEDIMENTAL)
SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de las diferentes características del balonmano a través de la práctica de los diferentes gestos técnicos, respetando el reglamento básico y participando de forma activa y colaborativa en las actividades.
Conocimiento de los gestos técnicos y tácticos del voleibol por medio de patrones de movimientos definidos en ejercicios específicos y juegos predeportivos, asumiendo con respeto y responsabilidad los acuerdos de clase.
Fomenta el trabajo cooperativo en las actividades deportivas llevadas a cabo en clase y teniendo presente la parte conceptual de cada deporte



**7.1.206. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 10°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de las reglas básicas del balonmano y el voleibol	Práctica de los diferentes gestos técnicos del balonmano y el voleibol	Participo en las diferentes actividades deportivas planeadas en clase valorándolas como estrategia para mi formación personal

• **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 10º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
Declaración	<p>Lectura sobre hábitos saludables.</p> <p>Trabajo escrito acerca de temas como el tabaquismo y drogadicción, la actividad física, alimentación saludable, higiene postural.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física</p>	<p>Lectura y elaboración de mapas conceptuales.</p> <p>Trabajo escrito sobre el impacto de la administración deportiva.</p> <p>Actividad práctica, circuito aeróbico de las capacidades físicas.</p>	<p>Lectura.</p> <p>Trabajo escrito.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de los fundamentos deportivos</p>



<p>D e  N i v e l a c i ó n</p>	<p>Buscar videos de los temas vistos.</p> <p>Presentación de trabajo escrito.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Ensayo sobre las fases de la administración deportiva.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Buscar videos de los temas vistos.</p> <p>Presentación de trabajo escrito.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>
<p>D e  P r o f u n d i z a c i ó n</p>	<p>Elemento de apoyo educativo en el grupo, monitorias, entrenamientos, lecturas y videos recomendados.</p>	<p>Elemento de apoyo educativo en el grupo, monitorias, lecturas y videos recomendados</p>	<p>Elemento de apoyo educativo en el grupo, monitorias, entrenamientos, lecturas y videos recomendados.</p>



--	--	--	--

**7.1.207. Docentes Del Grado 11°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
CARLOS MARIO FLÓREZ	PRINCIPAL	11º	carlos.florez@iejva.edu.co
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	11º	magda.osorio@iejva.edu.co

**7.1.208. Objetivo Del Ciclo V**

CICLO	CICLO V
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 5 los estudiantes de décimo y once de la Institución Educativa Joaquin Valejo Arbelaez estarán en capacidad de estructurar un plan personal que mejore su condición física que promueva su salud y prevenga la enfermedad, además de adelantar experiencias comunitarias aplicando los conocimientos adquiridos en administración deportiva y recreación

**7.1.209. Objetivos. Primer Período Del Grado 11°**

GRADO	GRADO 11°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Comprender las diferentes fases para la organización de un evento recreativo, cultural o deportivo.

**7.1.210. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 11°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 11°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos



Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos

Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**7.1.211. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 11°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 11°

¿Cómo a través de la organización de eventos deportivos y culturales en mi institución educativa y comunidad logro potenciar el desarrollo humano?

**7.1.212. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 11°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 11°

Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.	Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.	Participo en la organización de eventos recreativos y deportivos de la institución.

**7.1.213. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 11°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 11°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)



**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Reconocimiento de cada uno de los conceptos de organización de eventos deportivos poniéndolos en práctica en actividades deportivas, recreativas y culturales asumiendo con responsabilidad cada compromiso.

Planeación y participación en la organización de eventos deportivos y recreativos institucionales, demostrando liderazgo, responsabilidad y asumiendo e interpretando con compromiso los roles que se le asignen en el evento.

Participación de manera responsable y colaborativa en cada uno de los eventos deportivos planeados donde se evidencian los conocimientos adquiridos en clases

**7.1.214. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 11°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 11°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de los pasos para la planeación de diferentes actividades relacionadas con eventos deportivos y recreativos demostrando liderazgo en ellas.	Ejecución de las actividades planeadas para eventos deportivos y recreativos institucionales y grupales.	Asumo con responsabilidad la organización de eventos deportivos y recreativos institucionales y grupales.



**7.1.215. Objetivos. Segundo Período Del Grado 11°**

GRADO	GRADO 11°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Identificar los beneficios de la actividad física en el bienestar físico, mental y social del ser humano.

**7.1.216. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 11°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 11°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos
Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos
Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**7.1.217. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 11°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 11°
¿Por qué y de qué manera la actividad física contribuye a la conservación de mi salud?

**7.1.218. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 11°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 11°		
Competencia Motriz	<b>Competencia expresiva corporal</b>	<b>Competencia axiológica corporal</b>
Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.



**7.1.219. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 11°**



■ **INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 11°**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Reconocimiento de las generalidades de la actividad física y su impacto en la conservación de la salud, planeando y ejecutando ejercicios de manera organizada de acuerdo a sus gustos, necesidades y respetando los acuerdos de clase.

Planificación y ejecución de mi plan de actividad física teniendo presente cada una de las conceptualizaciones estudiadas en clase y asumiendo con responsabilidad cada ejercicio práctico.

Manifestación de interés en la práctica de actividad física de acuerdo a lo planeado y registrado en mi agenda de clases



**7.1.220. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 11°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 11°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de la importancia de la actividad física en la salud y los conceptos de causas, prevención y tratamiento de lesiones deportivas.	Realización de exposiciones a cerca de la actividad física como una herramienta para la conservación de la salud	Interiorizo la importancia conocer algunos conceptos básicos relacionados con la actividad física como herramienta para la conservación de la salud

**7.1.221. Objetivos. Tercer Período Del Grado 11°**

GRADO	GRADO 11°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<p>Conocer las generalidades de los deportes no convencionales como herramienta alternativa para la práctica deportiva.</p> <p>Ejecutar los diferentes gestos técnicos y tácticos del voleibol en juego real teniendo presente su reglamento.</p>

**7.1.222. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 11°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 11°
<p>Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos</p> <p>Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.</p>



**7.1.223. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 11°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 11°

¿De qué manera los deportes no convencionales y el voleibol contribuyen al mejoramiento del trabajo cooperativo?

**7.1.224. Ejes de los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 11°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 11°

Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Reconozco la existencia y generalidades de deportes no comunes en mi contexto.  Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en  diferentes prácticas deportivas y motrices.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.

**7.1.225. Indicadores de Desempeño. Tercer Período Del Grado 11°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 11°

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de los deportes no convencionales como una alternativa para la



práctica de actividad física y el mejoramiento de la calidad de vida, teniendo presente las indicaciones dadas y respetando el rol de cada compañero y compañera en las actividades programadas.

Comprensión del reglamento de voleibol durante el juego real ejecutando de manera eficiente los gestos técnicos y participando de forma activa y colaborativa.



**7.1.226. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 11°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 11°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de las generalidades de los diferentes deportes no convencionales.	Ejecución y desarrollo de algunos deportes no convencionales	Participo activamente en la práctica de los deportes no convencionales y reconozco que son alternativas para aplicar a mi vida cotidiana
Afianzamiento de las diferentes reglas del voleibol en situaciones reales de juego.	Perfeccionamiento de los diferentes gestos técnicos y tácticos del voleibol en situaciones reales de juego	Participo activamente en los diferentes partidos de voleibol planeados en clase

**Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 11°			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e	Presentación, ejecución y enseñanza de juego a los niños de primaria en tiempo	Lectura  Trabajo escrito	Lectura  Trabajo escrito



c u p e r a c i ó n	extraclase	<p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física</p> <p>Apoyo logístico en actividades institucionales deportivas y/o culturales</p>	<p>Actividad práctica de mejoramiento de los fundamentos deportivos</p> <p>Apoyo logístico en actividades institucionales deportivas y/o culturales</p> <p>Exposición de hábitos saludables a grados inferiores</p>
D e  N i v e l a c i ó n	<p>Lectura</p> <p>Trabajo escrito</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Elaboración de juguete con material reciclable.</p> <p>Presentación, ejecución y enseñanza de juegos a los niños de primaria en tiempo extraclase.</p>	<p>Lectura</p> <p>Trabajo escrito</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p> <p>Apoyo logístico en actividades institucionales, deportivas y/o culturales</p>
D e  P r o f u n d i z a	<p>Elemento de apoyo educativo a nivel grupal e institucional como monitorias, eventos, torneos, entrenamientos,</p>	<p>Elemento de apoyo educativo a nivel grupal e institucional como monitorias, eventos, torneos, entrenamientos, lecturas y videos recomendados, entre otras.</p>	<p>Elemento de apoyo educativo a nivel grupal e institucional como monitorias, eventos, torneos, entrenamientos, lecturas y videos recomendados, entre otras.</p>



c i ó n	lecturas y videos recomendados, entre otras.		
------------------	--	--	--

• **Criterios y Estrategias De Evaluación**

EVALUACIÓN			
CRITERIOS	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Permanente</li> <li>• Integral</li> <li>• Flexible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluación cognitiva</li> <li>• Evaluación Procedimental</li> <li>• Evaluación actitudinal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación y responsabilidad en clase</li> <li>• Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas</li> <li>• Exposición y argumentación coherente</li> <li>• Capacidad de liderazgo</li> <li>• Racionalidad en el manejo de los recursos</li> <li>• Manejo adecuado y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permanente</li> </ul>



		<p>considerado de la implementación y los espacios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conservación y cuidado de la naturaleza y los servicios públicos dentro de la institución</li> <li>• Realización de actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación</li> <li>• Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros</li> <li>• Respeto por las normas establecidas en clase</li> <li>• Utilización de estrategias de cooperación en las actividades</li> </ul>	
--	--	---	--



		<p><b>prácticas de clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Utilización de las reglas y normas para la organización de situaciones colectivas del juego.</b></li> </ul>	
--	--	--	--

### Integración Curricular

Actividades y procesos de articulación con otras áreas o proyectos de enseñanza obligatoria:  
**Aprovechamiento del tiempo libre.**

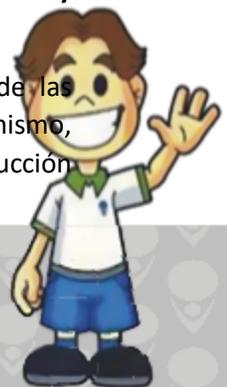
La integración curricular desde los proyectos de enseñanza obligatoria se constituye en una oportunidad en la formación de los estudiantes, ya que permiten la articulación de contenidos, actividades y procesos por medio de los cuales se potencialicen las dimensiones del ser humano desde los intereses 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.

#### 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.

- **Metodología y Estrategias Pedagógicas**

La Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez ha concebido la formación de sus estudiantes desde el modelo

pedagógico Cognitivo - Social con un enfoque constructivista. Respecto a la enseñanza de la filosofía, la perspectiva epistemológica de Jean Piaget nos remite a la importancia de la construcción colectiva de los conceptos, el conocimiento es visto como una construcción tentativa de los seres humanos, realizada sobre la base de lo que ya conocen.

Dicho esto, y aceptando las múltiples formas en que se da el aprendizaje, el constructivismo lo visualiza como una construcción activa realizada por el estudiante, aún cuando se apliquen metodologías tradicionales. Lo que el enfoque constructivista permite es comprender las dificultades de los alumnos para aprender y proporciona una guía para desarrollar estrategias de enseñanza y aprendizaje más eficientes, aplicando una pedagogía cuyo protagonista central es el alumno. El protagonista es el estudiante, sus intereses, sus habilidades para aprender y sus necesidades en un sentido amplio. De esta forma, la enseñanza de la filosofía desde esta perspectiva apunta a que el estudiante comprenda no sólo los conceptos filosóficos involucrados, sino en qué manera ese conocimiento es significativo para su vida y para la de sus semejantes, haciendo posible el aumento del potencial humano y, por ende, su creatividad.

De acuerdo a lo anterior, la metodología de enseñanza de la .... se basa en:

El análisis de los conocimientos previos que posee el estudiante, la idea es que los conocimientos previos se unan a los nuevos proporcionados por el docente, los demás compañeros y los referentes teóricos, originando aprendizajes significativos. (Ejemplo)



Competencias ciudadanas: para fortalecer el desarrollo de las competencias ciudadanas se plantea utilizar una metodología de conversatorio, donde se privilegian todas aquellas habilidades necesarias para establecer un diálogo constructivo con las otras personas. Por ejemplo, la capacidad para escuchar atentamente los argumentos ajenos y para comprenderlos, a pesar de no compartirlos. O la capacidad para poder expresar asertivamente, es decir, con claridad, firmeza y sin agresión, los propios puntos de vista.

### Implementación de Educación Inclusiva

La educación que se brinda en la institución es inclusiva en el sentido de que no separa los grupos poblacionales, sino que en el aula de clase regular se aplican los principios del diseño universal para elaborar materiales y recursos didácticos adaptados y matizados para las estudiantes que ostenten alguna necesidad educativa especial, incluso, aquellas estudiantes que pertenecen a distintos grupos poblacionales.

Especificar el diseño, seguimiento y evaluación del proceso de atención a las estudiantes con necesidades educativas especiales

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 cohesionará 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 presentamos 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 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 docente de apoyo UAI, 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.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.



## Recursos

Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:

- Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes.
- Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.
- Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización.
- Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas verdes.
- Reproductor de sonido y video. Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias:
  - Conciencia y actividad.
  - Sistematización.
  - Aumento gradual de las exigencias.
  - Atención individual y colectiva.
  - Fomento de la creatividad.
  - Socialización.
  - Conciencia ecológica y social



### Referencias Bibliográficas

Style and Grammar Guidelines. (s. f.). <https://apastyle.Apa.Org>. Recuperado 12 de agosto de 2020, de <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines>

El Plan de Área de Educación Física, Recreación Recuperado el 14 de diciembre de 2020, de Deportes [https://manuelj.gnomio.com/pluginfile.php/173/mod\\_folder/content/0/11\\_Educacion\\_fisica.pdf?forcedownload=1](https://manuelj.gnomio.com/pluginfile.php/173/mod_folder/content/0/11_Educacion_fisica.pdf?forcedownload=1)

Guía resumen del Manual de Publicaciones con Normas APA SÉPTIMA EDICIÓN 2020 | [WWW.NORMASAPA.PRO](http://WWW.NORMASAPA.PRO)

# INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOAQUÍN VALLEJO ARBELÁEZ

**PLAN DE ÁREA**

Educación física recreación y deportes



## PROYECTOS INTEGRADOS

### Tiempo libre

**2021**

#### Tabla De Contenido

1.	4
2.	5
2.1.	5
2.2.	5
3.	6
3.1.	6
3.2.	7
3.3.	7
4.	9
4.1.	9
4.2.	12
4.3.	15
5.	17
5.1.	17
5.1.1.	17
5.1.2.	26
5.1.3.	26



5.1.4.	26
5.1.5.	26
5.1.6.	26
5.1.7.	27
5.1.8.	27
5.1.9.	27
5.1.10.	28
5.1.11.	28
5.1.12.	28
5.1.13.	28
5.1.14.	29
5.1.15.	29
5.1.16.	30
5.1.17.	30
5.1.18.	30
5.1.19.	30
5.1.20.	30
5.1.21.	31
6.	138
7.	139
8.	140
9.	134
10.	136
11.	143
12.	144



## Identificación Del Plantel



## Identificación Del Área

### 14.1. Docentes Del Área

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Luz Aída Vargas	Golondrinas	Ciclo I	<a href="mailto:luz.vargas@iejva.edu.co">luz.vargas@iejva.edu.co</a>
Edelmira Mena Mosquera	Altos de la torre	Ciclo I	<a href="mailto:edelmira.mena@iejva.edu.co">edelmira.mena@iejva.edu.co</a>
Marcela Gallego	Principal	Ciclo II	<a href="mailto:marcela.gallego@iejva.edu.co">marcela.gallego@iejva.edu.co</a>
Sandra Acevedo	Principal	Ciclo II	<a href="mailto:sandra.acevedo@iejva.edu.co">sandra.acevedo@iejva.edu.co</a>
Edinson Aristizábal	Principal	Ciclo III	edinson.aristizabal@iejva.edu.co
Magda Yaneth Osorio	Principal	Ciclo IV	<a href="mailto:magda.osorio@iejva.edu.co">magda.osorio@iejva.edu.co</a>
Carlos Mario Flórez	Principal	Ciclo V	<a href="mailto:carlosflorez.@iejva.edu.co">carlosflorez.@iejva.edu.co</a>

### 14.2. Intensidad Horaria

GRADO	INTENCIDAD SEMANAL	INTENCIDAD ANNUAL
Ciclo I	2 horas	80 horas
Ciclo II	2 horas	80 horas
Ciclo III	2 horas	80 horas
Ciclo IV	2 horas	80 horas
Ciclo V	2 horas	80 horas



## Introducción Al Plan De Área

### 15.1. Contexto Institucional

La educación física no puede faltar en la vida del ser humano, puesto que su desarrollo intelectual está íntimamente relacionado con el proceso de su desarrollo corporal que incide en el comportamiento psico-físico y social. Es por eso que la población de la institución muestra un continuo interés y expectativa por las diferentes clases de educación física, donde muestran mucho agrado y disposición para el desarrollo de las mismas. Es importante resaltar que el contexto de la gran mayoría de los educandos es bastante complejo, en el cual se observan un sin número de dificultades tanto en el entorno familiar como el social que imposibilitan un mejor proceso formativo. Además de los estudiantes que presentan NEE que en algunos casos no pueden realizar un trabajo a la par de sus compañeros.

A pesar que el interés más focalizado en los estudiantes dentro del área es la práctica deportiva, específicamente en lo concerniente al fútbol de salón, no dejan de lado el sobresaliente rendimiento en las diferentes trabajos prácticos y la buena asimilación de conceptos tanto teóricos como técnicos que evidencian grandes avances en el trabajo de las diferentes habilidades y competencias del área.

El rendimiento en general de los estudiantes es bastante destacado ya que cuentan con un gran potencial para las diferentes actividades físicas motrices que generan un aprendizaje

motor óptimo para alcanzar los diferentes logros establecidos en cada uno de los ciclos. Es de notar también que en las diferentes pruebas internas también se evidencia una gran asimilación en los diferentes conceptos teóricos en razón a que los resultados arrojan que los estudiantes adquirieron un gran conocimiento frente a las diferentes temáticas. Es por ello que un alto porcentaje de la población estudiantil aprueba el área para el año sin ningún tipo de dificultades, logrando con esto una baja mortalidad académica en la misma.

Continuando con la descripción del contexto se hace necesario mencionar alguna serie de necesidades que presenta el área de educación física, como lo es poder contar con una infraestructura adecuada que permita protegerse de la lluvia cuando sea necesario para garantizar el desarrollo de las actividades propuestas que se necesitan para la formación física de niños y jóvenes. , una segunda necesidad es la de promover semilleros que brinden opciones para el aprovechamiento del tiempo libre de los estudiantes finalmente se hace necesario la capacitación adecuada de los docentes para fortalecer los procesos formativos con los estudiantes que presentan necesidades educativas especiales.



De otro lado, es importante resaltar la percepción tan positiva que tienen los estudiantes frente al área de educación física, donde las dificultades que se presentan se superan fácilmente por la gran empatía que tienen frente al área y la gran capacidad físico motriz que poseen los educandos de la institución educativa.

Es de aclarar que no solo el agrado que muestran ellos frente al área es lo más relevante, es el cómo son conscientes de lo importante que es para su desarrollo físico, psicológico, social que garanticen a su vez una formación integral.

Finalmente, en cuanto los recursos que posee la institución para la realización de la educación física la recreación y el deporte, son sobresalientes en cuanto la infraestructura, entendiendo que la planta física de la institución cuenta con diferentes espacios adecuados para la ejecución de las clases. La institución educativa también cuenta con gran variedad de materiales que posibilitan que los trabajos prácticos sean dinámicos y posibiliten aprendizajes significativos.

## 15.2. Estado del Área

La Educación Física es un área del conocimiento que no está incluida en las evaluaciones externas, sin embargo, dentro de la dinámica institucional el área apoya a la adquisición de algunas competencias importantes que apoyan el desempeño en dichas pruebas, como por ejemplo en la aplicación de pruebas semestrales y actividades de comprensión lectora.

## 15.3. Justificación

La educación física no puede faltar en la vida del ser humano, puesto que su desarrollo intelectual está íntimamente relacionado con el proceso de su desarrollo corporal que incide en el comportamiento psico-físico y social.

La Educación Física es una disciplina cuyo objeto de estudio es el movimiento humano y su

utilización para contribuir a la formación y mejoramiento integral del individuo, considerado como una unidad funcional que comprende aspectos motrices, físicos, de pensamiento, personalidad e interacción social. En consecuencia la educación física, la recreación y el deporte, coadyuvan al desarrollo, capacitación, fortalecimiento, conservación, equilibrio, recreación e identificación de la persona para que se desenvuelva adecuadamente en su medio.

Por estas razones es de vital importancia incluir dentro del Proyecto Educativo Institucional un plan de estudios para el área de Educación Física acorde con las necesidades, intereses y potencialidades de los educandos, contribuyendo así:



- En el aspecto orgánico su función es la de contribuir al desarrollo físico que implica trabajo de los sentidos y del sistema nervioso, osteo-muscular, circulatorio y respiratorio, para el mejoramiento de las cualidades físicas y motrices que conducen a un buen estado físico.
- En el campo del conocimiento, va desde la percepción y acción para la adquisición de nociones y conceptos básicos, hasta usar el movimiento en acciones complejas que implican planificar tareas individuales o de conjunto, que generan estrategias de tal manera que de acuerdo con la edad y maduración se contribuye al desarrollo del pensamiento.
- En el contexto social, la Educación Física inicia al individuo en el complejo mundo de las leyes, ajustándose a su desenvolvimiento y relaciones interpersonales de acuerdo con el avance de su maduración y desarrollo, contrarrestando la amenaza a la integridad biológica del organismo humano.

Por otro lado, el área de educación física, deporte y recreación está constituida por los siguientes ejes temáticos: deporte, recreación, cultura física y salud, organización infantil y juvenil, y uso del tiempo libre. Cada uno de estos ejes se han incluido de manera implícita o explícita en el plan de estudios desde el grado primero hasta el grado undécimo



## Referente Conceptual

### 16.1. 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. Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación. Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).

Además de esta alta incidencia política en la formación del cuerpo y del ser, se tuvo a inicios del siglo XX intervención de la iglesia en la educación; siendo la formación de la moral la prioridad en los procesos educativos, concibiendo una formación física que propendía a la prudencia y el acatamiento de la moralidad. Un cuerpo limitado, un pensamiento sujeto a las directrices sociales y religiosas de la época; expresiones corporales y motrices, sobre todo en

el género femenino, limitadas bajo el concepto de delicadeza y pudor; vestuarios que no permitían la posibilidad de amplitud y libertad de los movimientos y mucho menos la percepción de las figuras corporales. La Campaña de Cultura Aldeana se inició en 1934 bajo el ministerio de Luis López de Mesa y constituyó un intento ambicioso en sus planteamientos, limitado en recursos materiales, y efímero en su duración. Esta campaña contó con buena difusión y sembró grandes esperanzas en la ambición de democratizar la educación. Sus planes giraron en torno a la idea de llevar a los sectores populares nuevos hábitos y costumbres relacionadas con principios de higiene, estética, alimentación y nutrición. Se llegó a plantear la necesidad de restaurar en primer término la condición fisiológica de la población escolar, entendida como la atención al régimen alimentario, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como premisa para mejorar las condiciones y los ambientes para la adquisición de los conocimientos en los escolares. El discurso presente en la década del veinte en los análisis sobre la población, plagado de determinismo geográfico y racial, empezó a ser desplazada y aunque persisten algunos de sus defensores, se abren paso nuevas explicaciones sobre los problemas sociales y



educativos. Por lo tanto, se emprenden estudios y se elaboran análisis que pretendían tener sustento científico en disciplinas como la psicología experimental, la medicina, la sociología y la antropometría. La escasez presupuestal, el aumento de la población, la falta de continuidad en las políticas y en los funcionarios estatales, llevaron al distanciamiento entre los ideales enarbolados y su cobertura a nivel cuantitativo, además de la implementación de acciones que apuntan a la solución de problemas bien definidos. 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, formándose 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:

- Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.
- 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.

Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.



- 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 a 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. 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.

Se reconocen otras prácticas culturales como posibilidad de implementación en el plan de estudios; además de su aporte en las transformaciones sociales desde el reconocimiento del cuerpo y de los otros, ligados a procesos que posibiliten, básicamente, el desarrollo del país. La Ley 934 de 2004 establece que todas las instituciones educativas del país deben incluir en sus proyectos educativos institucionales, además del plan de área de Educación Física, los proyectos pedagógicos complementarios del área. En Medellín, con el objetivo de implementarla, a través del Acuerdo Municipal 019 de 2005, se establecen criterios básicos para el desarrollo y el fortalecimiento del área, relacionada con la necesidad de iniciar el proceso formativo desde la básica primaria, articulando todos los aspectos y criterios fundamentales y propios de cada grado y nivel, además de la etapa de madurez motora y cognitiva del estudiante. Es necesario tener claridad que las actividades de Tiempo Libre y Jornada Complementaria ofertadas a los estudiantes obedecen a la continuación y el fortalecimiento de aquellas prácticas que el docente implementa en el área, con la finalidad de afianzar de manera intencionada aquellos asuntos relacionados con la formación de los niños y jóvenes, tales como: expresiones y técnicas motrices, valores, convivencia, estilos de vida saludables y generación de una cultura del cuidado propio, del otro y del entorno, propiciando una calidad de vida y ambientes sanos para la ciudad. Teniendo en cuenta lo anterior, además de lo establecido dentro de la normatividad vigente, desde la Ley General de Educación, en donde se establece la autonomía escolar, para definir la intensidad horaria del área es significativo que se reconozcan las garantías de ejecutar una educación física planificada sistemáticamente, teniendo en cuenta la continuidad, el seguimiento, la participación y el compromiso institucional, reconociendo los productos obtenidos a través de la lúdica del cuerpo en interacción con el saber y las competencias específicas de otras áreas, además del saber y las competencias como ciudadano. Desde el año 2005 se inicia la estructuración y dinamización de las Mesas de Educación Física en el municipio de Medellín, como una estrategia pedagógica y metodológica donde participan entidades e instituciones educativas de las zonas urbanas y rurales que de una u otra forma intervienen en el desarrollo pedagógico de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, a través de actividades curriculares y complementarias, aplicando criterios técnicos, científicos, tecnológicos y lúdicos,



contribuyendo al desarrollo y formación integral de los estudiantes. Esta estrategia abierta a la participación de docentes de primaria y licenciados en el área de bachillerato fue generando líneas de acción contextualizadas a los entornos y características poblacionales, sin perder de vista el enfoque integral, formativo y sistemático. Las dinámicas de las Mesas de trabajo, que conforman la estructura del Laboratorio de la Enseñanza de la Educación Física y el Olimpismo, son espacios de formación permanente en donde la experiencia, los saberes y las preguntas son el punto de partida para construir teorías y conceptos establecidos por expertos, que son aterrizados por los docentes de las Mesas, a las realidades y condiciones de nuestras instituciones educativas y sus estudiantes. Por lo tanto, la educación física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar.

## 16.2. Fundamentos Pedagógico–Didácticos

¿Cómo enseñar?

El desarrollo de competencias en Educación Física integra el saber qué, el saber cómo y el saber para qué, los cuales se manifiestan en ciertos desempeños. La fortaleza de la enseñanza por competencias en Educación Física le permite al maestro evidenciar un aprendizaje integrado en el que confluyen conceptos, prácticas, contextos y sentido. En toda acción motriz está presente la totalidad del estudiante, quien siente, se expresa, se comunica y actúa como unidad.

Conceptos, prácticas, contextos y sentido conforman la unidad que orienta el proceso de desarrollo de una competencia, que permite producir relaciones con las demás. Cuando el estudiante realiza un desempeño motriz, éste tiene incidencia en las competencias expresiva-corporal y axiológica-corporal, según las características de los aprendizajes, el contexto y la situación.

El desarrollo de competencias está centrado en los desempeños que muestran aprendizajes y comportamientos del estudiante, lo cual permite que la didáctica aplique principios del desarrollo evolutivo motriz, emocional, cognitivo y axiológico, que definen los alcances de los estudiantes en el área y, por tanto, el nivel de desarrollo de las competencias exigido en cada grupo de grados.

Como condición previa a los planteamientos metodológicos es necesario recordar algunos aspectos relevantes del aprendizaje en el área de La Educación Física, Recreación y Deporte.

- Madurez funcional. Todo nuevo movimiento depende de la madurez funcional del organismo, del sistema nervioso central y de las experiencias motrices adquiridas previamente.
- Ejercitación. Permite mejorar las ejecuciones y hacerlas permanentes en la memoria. Las repeticiones sucesivas del gesto motriz ayudan a adquirir mayor destreza y retenerlo por más tiempo, respondiendo a estrategias cognitivas que pueden ser simples o complejas.

Retroalimentación. Es la información que recibe el estudiante como resultado de su ejecución motriz; ello implica la reflexión sobre lo realizado y los ajustes para una nueva ejecución.



- **Gusto.** Tiene que ver con el deseo de movimiento. Como lo dice Meinel, los niños desean y quieren moverse, muestran un impulso y gusto por el movimiento. Es necesario tener en cuenta los principios de desarrollo motor, la edad y el contexto en donde el niño interactúa, para brindar las mejores condiciones que enriquezcan su bagaje motriz.
- **Memoria y retención.** La habilidad motora debe ser ejercitada con regularidad y ser significativa, en la medida en que pueda ser aplicada a situaciones de la vida cotidiana.
- **Transferencia.** Las acciones motrices nuevas no son del todo novedosas, puesto que siempre están basadas en acciones o habilidades previamente aprendidas. De ahí que, en el momento de la enseñanza de una nueva habilidad, es necesario mirar que sus elementos básicos hayan sido aprendidos anteriormente y así sean transferidos.

¿Qué y cómo evaluar el aprendizaje de los estudiantes?

La estructura del aprendizaje para el desarrollo de competencias transforma los conceptos, procesos, procedimientos y técnicas de evaluación, así como el papel que deben asumir los sujetos ante los alcances del aprendizaje. La especificidad y las relaciones entre el desarrollo de las diferentes competencias, su progresión y gradualidad orientadas por los indicadores de diferenciación, implican la definición de procesos de seguimiento y evaluación que requieren el uso de diferentes técnicas de carácter cualitativo y cuantitativo a corto, mediano y largo plazo. Ello implica retomar tal información para reorientar el proceso educativo cuando sea necesario, en función de la formación de los estudiantes y el logro de los desempeños propuestos. La aplicación de técnicas de evaluación cuantitativa adquiere un nuevo sentido, por tratarse solo de un punto de vista en la evaluación de los desempeños correspondientes a cada competencia. Otros puntos de vista parten del reconocimiento de la corporeidad y de factores subjetivos del alumno; por ejemplo, en los aspectos emocionales de la competencia expresiva, los cuales implican un manejo de técnicas cualitativas y de procesos de interpretación. Desde esta perspectiva, el cuaderno escolar, el diario de campo, las técnicas de observación, el uso del video y la fotografía, las narraciones, las composiciones, los registros anecdóticos, las listas de cotejo o control, las fichas de autoevaluación, las fichas de coevaluación, las escalas de observación, los cuestionarios, los informes de trabajo en grupo, las fichas de tareas, las pruebas motrices, las pruebas de habilidad y los portafolios, son, entre otros, instrumentos útiles para la evaluación del nivel de desarrollo de las competencias en el área de Educación Física, Recreación y Deporte.

Características y Premisas Básicas de la Evaluación en Educación Física y Deportes.



Para que la evaluación sea lo más eficaz posible debe poseer una serie de características, sin las cuales el proceso quedaría incompleto. Éstas son:

- **Validez:** hace referencia a que la evaluación sirva para algo, para cubrir algún objetivo, para alcanzar una meta propuesta, etc., en definitiva, lo que quiere expresar esta característica es que cada vez que evaluemos sea con alguna intención, y no evaluar por evaluar.
- **Continuidad:** el proceso de evaluación se ha de realizar de forma continua y nunca de manera aislada.
- **Objetividad:** dentro de las posibilidades que tengamos, debemos evaluar de forma objetiva. Este tipo de evaluación es más susceptible de llevar a cabo cuando evaluamos elementos con un marcado carácter cuantitativo.
- **Cientificidad:** el carácter científico de la evaluación implica el seguimiento de una serie de pasos tales como: seleccionar y recabar la información, previa selección de los instrumentos y técnicas a emplear, extraer y analizar los datos, exponer los resultados y analizarlos.
- **Formativa:** que sirva de retroalimentación de los logros conseguidos. · **Utilidad:** que sirva para cumplir con algún objetivo previsto en nuestro planteamiento previo.
- **Factible:** que sea posible de realizar realmente, de ahí que convenga que no sea excesivamente compleja.
- **Integral y significativa:** que recoja lo esencial y abarque todos los aspectos de la persona, y evalúe elementos que tengan repercusión directa con la vida de los alumnos/as.
- **Cooperativa:** que el proceso implique la posibilidad de autoevaluarse, así como poder evaluar a sus compañeros y a sus profesores.

Además de estas características, el proceso de evaluación educativa debe cumplir una serie de premisas, que harán que éste sea mucho más significativo y valioso. Estas premisas son (Viciana, 1995):

1. La evaluación educativa debe ser iluminativa, es decir, debe de proporcionar sentido al proceso evaluativo.
2. La evaluación educativa debe informar, a través de los informes de evaluación, las entrevistas personales, etc., a los padres, a los alumnos/as, al resto de profesores que asistan al alumno y al profesor que vaya a dar clase al alumno en el curso siguiente.



3. La evaluación debe realizarse de forma integral y en todo momento, es decir, de forma continua. Para ello debe prever los instrumentos de evaluación que se van a emplear en cada fase.

4. La evaluación debe estar presente en la programación anual que se realiza para el curso escolar. Tenemos que pensar que la evaluación no consiste sólo en evaluar, sino que conlleva todo un proceso, de ahí que no puede estar descontextualizada, ni aislada.

### 16.3. Resumen De Las Normas Técnico-Legales

La Constitución Política de Colombia hace referencia al deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, y por comprensión, a la educación física, en el artículo 52. Adicionalmente, el Art. 67 es contundente al establecer que el estado debe "velar por la formación moral, intelectual y física de los educandos", lo cual señala la obligatoriedad y el derecho de la educación física para los educandos.

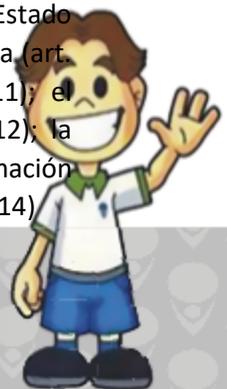
#### 3.3.1 Marco normativo educativo

La Ley 115 General de Educación de 1994, reconoce la educación física como uno de los fines de la educación colombiana (art. 5), de la Educación Preescolar (art. 16; Literal d), como uno de los objetivos de la Educación Básica tanto para el ciclo de primaria (art. 21; Literales h, i, j) como del Ciclo Secundario (art. 22, literal ñ); igualmente le establece los objetivos (art. 16, 20, 21 y 22), su carácter de proyecto pedagógico transversal obligatorio (art. 14), la define como área fundamental y obligatoria en general del currículo (art. 23) y de la Educación Media (art. 32).

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

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

La Ley 181 de 1995 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica de la educación física (art. 1); la creación del sistema nacional de deporte, educación física y recreación ( art. 2); los objetivos rectores del Estado para garantizar su práctica (art. 3); la definición de la Educación física como una disciplina científica (art. 4); el desarrollo de la educación física extraescolar como campo de intervención del sistema (art. 12); la investigación científica y la producción intelectual (art. 13 ); los programas de iniciación y formación deportiva, los festivales escolares, los centros de educación física y los juegos intercolegiados ( art. 14)



Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (art. 46); los

objetivos del sistema (art. 47 y 48); la elaboración del Plan Nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y

plan de inversiones (art. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).



## Malla Curricular

### 17.1. Plan De Área Por Grados

#### 17.1.1. *Derechos Básicos de Aprendizaje. Grado 1°*

El área de educación física recreación y deportes no cuenta con DBA. Por lo tanto, se anexa el cuadro de competencias básicas del área expuesto por el Ministerio de Educación Nacional en su documento N° 15: "Orientaciones Pedagógicas para la

*Educación Física, Recreación y Deporte"*

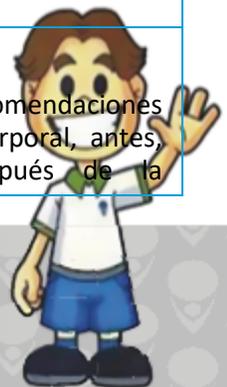
#### Coherencia vertical y horizontal

Entre los desempeños se establecen dos tipos de coherencia:

- Coherencia vertical, de acuerdo con la cual los desempeños de un grado involucran los del anterior, mostrando la progresión en el desarrollo de la competencia.
- Coherencia horizontal, mismo que expresa la relación entre los desempeños de los componentes de cada competencia y entre las competencias específicas.

En el cuadro que aparece a continuación se ha realizado la selección de una línea de desempeños en cada una de las competencias específicas para mostrar las relaciones entre los grupos de grado (coherencia vertical) y entre las competencias específicas (coherencia horizontal).

Competencias	Competencia motriz componente desarrollo motor	Expresiva corporal	Axiológica Corporal
Grados			
De primero a tercero	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal, antes, durante y después de la



		actividad física.	actividad física.
De cuarto a quinto	Controlo, de forma global y segmentaria, la realización de movimientos técnicos.	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
De sexto a séptimo	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.
De octavo a noveno	Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.
De décimo a undécimo	Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.	Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.

Grados de primero a tercero



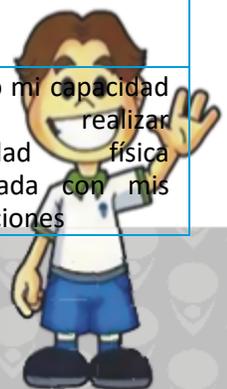
Competencia motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos				Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.	Identifico las normas y principios establecidos para la realización de prácticas propias de actividad física.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.	Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.	Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Aplico recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de actividad física.
Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.	Exploro formas básicas de movimientos aplicados a formas y modalidades gimnásticas.	Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.	Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.	Atiendo orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.
Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	Exploré técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.	Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales.	Exploro juegos de actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.
Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.	Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.	Exploro gestos, representaciones y bailes.	Identifico capacidades que requieran de mi esfuerzo en actividad física.



Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.	Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.	Exploro el juego como un momento especial en la escuela.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.	Atiendo indicaciones profesor sobre forma correcta realizar los ejercicios
--	---	--	--	---	--

## 17.2. Grados de cuarto a quinto

Competencia motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.				Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	Aplico formas básicas de movimientos en la realización de diferentes prácticas deportivas.	Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.	Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.	Decido mi tiempo de juego y actividad física.
Identifico formas de regulación de movimientos en las	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del	Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en	Reconozco a mis compañeros como constructores	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones



rítmicas sencillas.	cuerpo.	la actividad física.	del juego.		personales.
Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Propongo momentos de juego en el espacio escolar.	Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.	Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.
Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.	Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.	Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.	Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.	Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.

### 17.3. Grados de sexto a séptimo

Competencia motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.				Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.	Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.	Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.



Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.	Reconozco mis fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades de gimnásticas.	Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.	Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.	Comparo y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional.	Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.
Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.	Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal.	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.	Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.	Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música.	Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.
Comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.	Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.	Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.	Organizo juegos para desarrollar en la clase.	Participo en bailes folclóricos y modernos, siguiendo pasos o coreografías.	Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.
Perfecciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Practico elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas.	Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.	Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.	Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).	Procuró cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.

#### 17.4. Grados de octavo a noveno

<b>Competencia motriz</b>	<b>Competencia expresiva corporal</b>	<b>Competencia axiológica corporal</b>
---------------------------	---------------------------------------	--



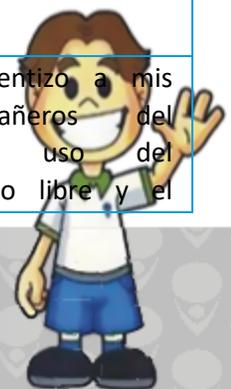
Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.				Selecciono las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.	Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.	Relaciono los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.	Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.	Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.
Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación.	Selecciono modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento.	Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.	Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.	Participo en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.
Combino movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.	Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal.	Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.	Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.	Propongo secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música.	Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.
Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.	Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.	Realizo danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías.	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.



Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.	Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.	Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.	Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.	Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.
---	--	---	--	---	--

### 17.5. Grados de décimo a undécimo

Competencia Motriz				Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.				Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.	Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
Desarrollo motor	Técnicas del cuerpo	Condición física	Lúdica motriz	Lenguajes corporales	Cuidado de sí mismo
Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.	Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.	Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.
con frecuencia de movimiento con	Presento composiciones de gimnásticas, aplicando	Elaboro mi plan de condición física teniendo en	Participo en la organización de los juegos de la institución,	Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el



elementos y obstáculos.	técnicas de sus diferentes modalidades.	cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos .	estableciendo acuerdos para su desarrollo.	colombiana.	juego.
Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.	Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.	Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.	Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos contextos.	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida
Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.	Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.	Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.	Elaboro un montaje que combine danza-representación, determinando coreografía y planimetría.	Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.
Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y eco- lógicos.	Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física- pausa- actividad física, en mi plan de condición física.	Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.	Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.



### 17.5.1. Docentes Del Grado 1°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
LUZ AÍDA VARGAS	GOLONDRINAS		luz.vargas@iejva.edu.co

### 17.5.2. Objetivo Del Ciclo I

CICLO	CICLO I
OBJETIVO DEL CICLO	<b>Participar en juegos y otras actividades, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.</b>

### 17.5.3. Objetivos. Primer Período Del Grado 1°

GRADO	GRADO 1°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos

### 17.5.4. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 1°

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 1°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

### 17.5.5. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 1°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 1°
¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento ?



**17.5.6. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 1°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 1°			
Competencia motriz	Competencia expresiva Corporal	Competencia axiológica	
Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario	Manifiesto expresiones gestuales y corporales para comunicar mis emociones	Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física	

**17.5.7. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 1°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Nombra y reconoce las formas básicas del movimiento y las ubica en relación al espacio	Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de los juegos y la actividad física	Pone en práctica acciones para el cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.

**17.5.8. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 1°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 1°		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER



(CONCEPTUAL)	(PROCEDIMENTAL)	(ACTITUDINAL)
Desarrollo físico motriz	<b>Expresión corporal</b>	<b>Interacción social</b>
Biológico	<b>lenguajes</b>	<b>Hábitos</b>
Emocional	<b>emoción</b>	<b>Usos</b>
Físico	<b>ambientes</b>	<b>valores</b>
	<b>sensibilidad</b>	

**17.5.9. Objetivos. Segundo Período Del Grado 1°**

GRADO	GRADO 1°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Explorar y manifestar emociones a través del movimiento

**17.5.10. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 1°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 1°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

**17.5.11. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 1°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 1°
¿Qué expreso con mi cuerpo ?

**17.5.12. Ejes de los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 1°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 1°			
Motriz	<b>Expresivo corporal</b>	<b>Axiológica</b>	
Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con	Exploro y vivencio prácticas de expresión corporal y danza guiadas y	Atiendo y ejecuto orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad	



diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales	espontáneas	física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros	
--	-------------	---	--

**17.5.13. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 1°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase	Ejecuta las actividades propuestas de pre danza a partir de rondas y canciones	Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase

**17.5.14. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 1°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Desarrollo físico motriz	<b>Expresión corporal</b>	<b>Interacción social</b>
Biológico	<b>lenguajes</b>	<b>Hábitos</b>
Emocional	<b>emoción</b>	<b>Usos</b>
Físico	<b>ambientes</b>	<b>valores</b>
	<b>sensibilidad</b>	



**17.5.15. Objetivos. Tercer Período Del Grado 1°**

GRADO	GRADO 1°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Vivencias las pautas para la realización de las prácticas de actividad física

**17.5.16. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 1°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 1°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica.

**17.5.17. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 1°**

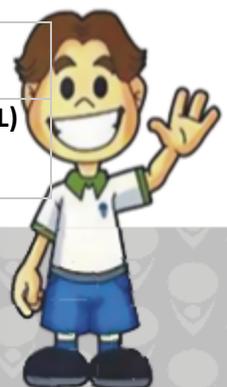
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 1°
¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?

**17.5.18. Ejes de los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 1°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 1°			
Motriz	<b>Expresivo corporal</b>	<b>Axiológico</b>	
ubico mi cuerpo en el espacio y lo relaciono con pequeños objetos	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales	Manifiesto agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con mi edad y desarrollo	

**17.5.19. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 1°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)



Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro de su espacio de trabajo.

**17.5.20. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 1°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 1°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Organización del tiempo y el espacio  Construcción personal del tiempo y el espacio  Construcción social del tiempo y el espacio	Expresión corporal técnicas del cuerpo  acciones básicas  acciones complejas	Vivencias  actitudes  Reencuentro consigo mismo y con los demás en ambientes libres.

• **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 1°		
PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3



D e  r e c u p e r a c i ó n			
D e  N i v e l a c i ó n			
D e  P r o f u n d i			



z			
a			
c			
i			
ó			
n			

### 19.1.1. Docentes Del Grado 2°

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Luz Aída Vargas	<b>Golondrinas</b>		luz.vargas@iejva.edu.co

### 19.1.2. Objetivo Del Ciclo I

CICLO	CICLO I
OBJETIVO DEL CICLO	Participar en juegos y otras actividades, estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.

### 19.1.3. Objetivos. Primer Período Del Grado 2°

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 1	<p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir diferentes emociones en el ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física</p>



#### 19.1.4. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 2°

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 2°

Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

#### 19.1.5. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 2°

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 2°

¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?

#### 19.1.6. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 2°

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 2°

Competencia motriz	Competencia expresivo corporal	Competencia axiológica	
Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diferentes ritmos musicales	Vivencio y comprendo los sentimientos que genera la práctica de danza o ritmos propuestos y espontáneos	Atiendo y cumpla las orientaciones sobre los tiempos para el juego y la actividad física	

#### 19.1.7. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 2°

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 2°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Relaciona las posibilidades de movimiento, ritmo y actividad física a partir de rondas y juegos.	Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos	Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar actividad física



**19.1.8. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 2°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Esquema corporal	Reconocer partes del cuerpo	trabajo en equipo
Conductas motrices de base	Diferencia lateralidades	Respeto por la norma

**19.1.9. Objetivos. Segundo Período Del Grado 2°**

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir diferentes emociones en el ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física</p>

**19.1.10. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 2°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 2°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica.

**19.1.11. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 2°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 2°
¿Qué cambios percibo en mi cuerpo cuando juego?

**19.1.12. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 2°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 2°
--



Competencia motriz	Competencia expresivo corporal	Competencia axiológica	
Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la clase y la recuperación al finalizar la clase	Reconozco los cambios corporales fisiológicos propios y de los demás	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de los compañeros	

**19.1.13. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 2°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifico los cambios y reacciones del cuerpo al realizar actividad física	Desarrollo diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades del cuerpo	Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros

**19.1.14. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 2°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conductas temporales espaciales	Adaptar movimientos a diferentes ritmos	Cuidado de sus elementos personales y de la clase
Conductas motrices base	Equilibrio Saltos Lanzamientos	



**19.1.15. Objetivos. Tercer Período Del Grado 2°**

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir diferentes emociones en el ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física</p>

**19.1.16. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 2°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 2°
Competencia motriz, expresivo corporal y axiológica

**19.1.17. Pregunta o Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 2°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 2°
¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?

**19.1.18. Ejes de los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 2°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 2°			
Competencia motriz	<b>Competencia expresivo corporal</b>	<b>Competencia axiológica</b>	
Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales	Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades	Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física	



**19.1.19. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 2°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y de los compañeros a través del juego individual y grupal	Experimenta y pone en práctica las posibilidades de conocer y sentir las variaciones en su respiración, sudoración, latidos cardiacos a partir de diferentes practicas.	Respeta y reconoce las diferencias presentadas entre los estudiantes del grupo

**19.1.20. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 2°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 2°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Esquema corporal	<b>Lateralidad</b>  <b>Segmentos corporales</b>	<b>Respeto por la diferencia</b>
Conductas espacio temporales o perceptivo motoras	<b>Variar movimientos de acuerdo al ritmo</b>  <b>Relaciona conceptos de tiempo y distancia ( velocidad)</b>	<b>Atiende indicaciones y orientaciones de juego</b>

• **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 2º

PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3



D e  r e c u p e r a c i ó n			
D e  N i v e l a c i ó n			
D e  P r o f u n d i			



z			
a			
c			
i			
ó			
n			

**19.1.21. Docentes Del Grado 3°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO

**19.1.22. Objetivo Del Ciclo I**

CICLO	
OBJETIVO DEL CICLO	Explorar formas básicas de movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos

**19.1.23. Objetivos. Primer Período Del Grado 3°**

GRADO	GRADO 3°
OBJETIVOS PERÍODO 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</li> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>



**19.1.24. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 3°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 3°
Competencia motriz; Competencia expresiva corporal

**19.1.25. Pregunta O Situación Problematizadora. Primer Período Del Grado 3°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 3°
¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?

**19.1.26. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 3°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 3°			
Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas.	<b>Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.</b>	<b>Atiendo y cumpla las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.</b>	
Exploré las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.			

**19.1.27. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 3°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 3°		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER (ACTITUDINAL)



(CONCEPTUAL)	(PROCEDIMENTAL)	
Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	<b>Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.</b>	Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.



- 19.1.28. **ContenidEsquema**
- 19.1.29. **corporal y ajuste**
- 19.1.30. **postural.**
- 19.1.31. **Formas básicas**
- 19.1.32. **de movimiento.**
- 19.1.33. **Coordinación**
- 19.1.34. **general:**
- 19.1.35. **Coordinación**
- 19.1.36. **óculo-manual y**
- 19.1.37. **Coordinación**
- 19.1.38. **óculo-pédica.**
- 19.1.39. **Iniciación**
- 19.1.40. **rítmica.**
- 19.1.41. **Hábitos de**
- 19.1.42. **higiene y**
- 19.1.43. **nutrición.**
- 19.1.44. **Juegos**
- 19.1.45. **deportivos**
- 19.1.46. **individuales y**
- 19.1.47. **grupale**
- 19.1.48. **Temáticos. Primer Período Del Grado 3°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 3°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

SABER SER  
(ACTITUDINAL)



<p>Expresión corporal: Rondas infantiles.</p> <p>El cuerpo y sus partes: identificación segmentaria, movimientos articulares.</p> <p>Direccionalidad: arriba, abajo, adelante, atrás, derecha, izquierda.</p> <p>Control postural: posiciones básicas. parado, sentado, secuencias, series.</p> <p>La respiración.</p> <p>Tensión y relajación global y segmentaria.</p> <p>La norma en juegos grupales.</p>	<p><b>-Utiliza diferentes partes de su cuerpo a partir de juegos y ejercicios dirigidos.</b></p> <p><b>-Realiza juegos senso-perceptivos, donde reconoce texturas, olores, colores, formas, direcciones, movimientos.</b></p> <p><b>Realiza ejercicios para el desarrollo del ajuste postural.</b></p> <p><b>Realiza ejercicios de respiración.</b></p> <p><b>Tensión y relajación y equilibrio</b></p>	<p><b>Demuestra control emocional en las actividades que le generan temor.</b></p> <p><b>Explora con gusto las diferentes posibilidades de su cuerpo para obtener información del entorno.</b></p> <p><b>Participa activamente en diferentes ejercicios motrices.</b></p> <p><b>Da importancia al desarrollo del ajuste postural mediante ejercicios físicos.</b></p>
--	---	---

**19.1.49. Objetivos. Segundo Período Del Grado 3°**

GRADO	GRADO 3°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</li> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>



**19.1.50. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 3°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 3°
Competencia motriz; Competencia expresiva corporal

**19.1.51. Pregunta O Competencia motriz: Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.**

**19.1.52. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades**  
**Competencia motriz: Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.**

**19.1.53. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades**  
**Competencia motriz: Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.**

**19.1.54. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.**

**19.1.55. es corporales y cognitivas.**

**19.1.56. ades corporales y cognitivas.**

**19.1.57. Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 3°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 3°
¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?

**19.1.58. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 3°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 3°			
Realizo distintas posturas en estado de reposo y en	expreso Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices	Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y	



movimiento.  Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.	<b>individuales y en equipo</b>	<b>realizar actividad física.</b>	

**19.1.59. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 3°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	<b>Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.</b>	Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.

**19.1.60. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 3°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Coordinación general. Iniciación rítmica.  Pre deportivos: atletismo, lanzamientos. Hábitos de	<b>-Realiza juegos pre deportivos poniendo en práctica su fundamentación.</b>	<b>Muestra interés y motivación en la práctica de juegos pre deportivos. -Valora la práctica de la educación física en el desarrollo sicomotriz. -</b>



<p>higiene y nutrición.</p> <p>Importancia del estiramiento en las actividades físicas. Juegos de conjunto: trabajo en equipo, reglas y normas.</p> <p>El deporte de competencia.</p> <p>El microfútbol y el baloncesto.</p>	<p><b>-Realiza ejercicios para el desarrollo de habilidades motoras básicas.</b></p>	<p><b>Valora su propio trabajo y el de sus compañeros.</b></p>

**19.1.61. Objetivos. Tercer Período Del Grado 3°**

GRADO	GRADO 3°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</li> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>

**19.1.62. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 3°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 3°
Competencia motriz; Competencia expresiva corporal

**19.1.63. Pregunta O Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 3°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 3°
¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?



**19.1.64. Ejes De Los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 3°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 3°			
Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales.	<b>Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades.</b>	<b>Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física.</b>	
	<b>Identifico variaciones en mi respiración y sistema cardiaco en diferentes actividades físicas.</b>		

**19.1.65. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 3°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.	<b>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</b>	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros



**19.1.66. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 3°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 3°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Recreación y creatividad.</p> <p>El cuidado del cuerpo. rutinas, normas y medidas de seguridad. Efectos de la actividad física en la salud y en el mantenimiento corporal. Iniciación a las danzas. El deporte: fútbol y el voleibol. Trabajos en equipo: relevos, carreras y competencias en conjunto. Juguetes deportivos con material de reciclaje. Juegos tradicionales (el trompo, canicas, el lazo, la lleva.</p>	<p><b>Realiza trabajos manuales de manera creativa.</b></p> <p><b>-Presenta oportunamente los trabajos propuestos.</b></p>	<p><b>-Muestra interés y motivación en la realización de trabajos manuales.</b></p> <p><b>-Se recrea utilizando racionalmente los recursos disponibles.</b></p> <p><b>-Valora la importancia del trabajo en equipo en la realización de trabajos manuales.</b></p> <p><b>-Valora sus propios trabajos y los de sus compañeros</b></p>

• **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 3º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c	- Elaboración de instrumento musical (ejemplo: maracas).	- Realización de ejercicios de relajación con música, donde los niños deban permanecer en una posición de quietud y	- Escuchar diferentes canciones y melodías siguiendo el ritmo en las mismas con diferentes



<p>u p e r a c i ó n</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Juego de roles imitando sonidos, gestos y acciones de personas, animales y cosas.</li> <li>- Consulta sobre el baloncesto: principios básicos.</li> <li>- Consulta y exposición de los beneficios de la actividad física.</li> </ul>	<p>concentración.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de ejercicios de yoga para niños, manteniendo el control corporal.</li> <li>- Taller sobre el baloncesto: elementos, reglas, entre otros (básicos)</li> <li>- Realización de juegos sensoriales.</li> </ul>	<p>partes del cuerpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Juego de imitación “el espejo”.</li> <li>- Estudio de caso: salud y actividad física.</li> <li>- Sopa de letras sobre hábitos de vida saludables.</li> </ul>
<p>D e  N i v e l a c i ó n</p>			
<p>D e  P</p>			



r o f u n d i z a c i ó n			
---	--	--	--

**19.1.67. Docentes Del Grado 4°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MARCELA GALLEGO	PRINCIPAL	4	liliana.gallego@iejva.edu.co

**19.1.68. Objetivo Del Ciclo II**

CICLO	CICLO II
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 2 los estudiantes de los grados 4° y 5° de la institución educativa Joaquín Vallejo Arbeláez estarán en capacidad de reconocer los fundamentos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos, identificar las técnicas para la expresión corporal y reflexionar acerca del valor de la actividad física para su formación personal.

**19.1.69. Objetivos. Primer Período Del Grado 4°**

GRADO	GRADO 4°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Identificar movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física, aplicando reglas de diferentes prácticas deportivas.



**19.1.70. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 4°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 4°

Competencia motriz y corporal

**19.1.71. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 4°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 4°

¿Qué tipo de actividades lúdicas y deportivas permiten el desarrollo y buen desempeño corporal?

**19.1.72. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 4°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 4°

- Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.
- Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos
- Tomo el momento del juego como independiente de las tareas escolares.

**19.1.73. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 4°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 4°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

- Identificación de la importancia del calentamiento para todas las actividades lúdico-deportivas, a través de ejercicios prácticos, con el fin de que el estudiante cuide su cuerpo de lesiones.

- Aplicación de las habilidades motrices básicas en los ejercicios físicos y lúdicos, por medio de relevos y circuitos, con la intención de mejorar la resistencia y capacidad física del estudiante.



**19.1.74. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 4°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 4°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Importancia de la actividad física</li> <li>-Hábitos saludables</li> <li>-El calentamiento</li> <li>-Recuperación física</li> <li>-La lúdica y el juego</li> <li>-Hábitos de higiene</li> <li>-Plan de apoyo</li> </ul>		

**19.1.75. Objetivos. Segundo Período Del Grado 4°**

GRADO	GRADO 4°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Analizar diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.</li> <li>-Aplicar reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</li> </ul>

**19.1.76. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 4°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 4°
Competencia expresivo motriz, axiológica corporal.



**19.1.77. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 4°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 4°

¿De qué manera se puede mejorar la práctica deportiva por medio de actividades individuales y grupales?

**19.1.78. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 4°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 4°

- Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.
- Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.
- Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.

**19.1.79. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 4°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 4°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-------------------------------	--------------------------------	-------------------------

- Aplicación de las habilidades motrices básicas de movimiento en los ejercicios y juegos, por medio de actividades de relevos y circuitos, con el fin de que el estudiante mejore la resistencia y la capacidad física.
- Establecimiento de la relación dinámica entre el movimiento corporal y el uso de implemento, a través de actividades deportivas individuales y grupales, con el fin de que el estudiante tenga cuidado con su cuerpo y los materiales deportivos.

**19.1.80. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 4°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 4°



SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-Capacidades físicas (Fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) -Rondas y juegos -El baile, movimientos básicos -Mis emociones		

**19.1.81. Objetivos. Tercer Período Del Grado 4°**

GRADO	GRADO 4°
OBJETIVOS PERÍODO 3	-Identificar técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física. -Valorar mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales. -Aplicar formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.

**19.1.82. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 4°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 4°
Motriz, expresivo corporal, axiológica corporal

**19.1.83. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 4°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 4°
¿Cómo beneficia el desarrollo de las capacidades físicas para mejorar las condiciones personales?

**19.1.84. Ejes de los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 4°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 4°
--



- Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.
- Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.
- Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.

**19.1.85. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 4°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 4°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>-Reconocimiento de las capacidades físicas durante la realización de un ejercicio, a través de ejercicios de locomoción, para fortalecer el seguimiento de instrucciones y normas.</p> <p>-Reconocimiento de los juegos predeportivos y deportivos, realizando diferentes actividades como lanzar, rebotar, para mejorar el rendimiento en los deportes y el fortalecimiento de normas.</p>		

**19.1.86. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 4°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 4°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>-Recetas saludables</p> <p>-Entrenamiento físico full body</p> <p>-Reglas de juego (El fútbol)</p> <p>-Entrenamiento Hiit y su importancia para el cuerpo</p> <p>-Posturas de yoga para el manejo de las emociones.</p>		



● Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 4º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p e r a c i ó n	-Talleres escritos sobre los temas vistos. -Confrontación y sustentación de los talleres -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos. -Confrontación y sustentación de los talleres -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos. -Confrontación y sustentación de los talleres -Evaluación escrita y práctica
D N i v e l a c i ó n	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.
D e p	-Conformación de equipos para el desarrollo de	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas -Realización de cartilla de	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas -Realización de cartilla de



r o f u n d i z a c i ó n	técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables	hábitos saludables	hábitos saludables
---	---	--------------------	--------------------

**19.1.87. Docentes Del Grado 5°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MARCELA GALLEGO	PRINCIPAL	5°	liliana.gallego@iejva.edu.co

**19.1.88. Objetivo Del Ciclo II**

CICLO	CICLO II
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 2 los estudiantes de los grados 4° y 5° de la institución educativa Joaquín Vallejo Arbeláez estarán en capacidad de reconocer los fundamentos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos, identificar las técnicas para la expresión corporal y reflexionar acerca del valor de la actividad física para su formación personal

**19.1.89. Objetivos. Primer Período Del Grado 5°**

GRADO	GRADO 5°
OBJETIVOS PERÍODO 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consolidar los conceptos básicos de educación física en diferentes actividades, identificando su beneficio para el desarrollo físico y mental</li> <li>- Utiliza la expresión corporal a través de la música y el baile.</li> <li>- Utiliza los fundamentos físicos y habilidades motrices en la</li> </ul>



	<p>práctica del mini baloncesto.</p> <p>- Potencia el desarrollo de las capacidades físicas Condicionales y coordinativas a través de la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.</p>
--	--

**19.1.90. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 5°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 5°
Físico motriz, expresiva corporal, axiológica corporal

**19.1.91. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 5°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 5°
¿Cómo elaboro mi concepto general de Educación Física, recreación y deporte?

**19.1.92. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 5°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 5°
- Practica diferentes disciplinas deportivas con sentido ético y humanista.
- Domina las diferentes habilidades, destrezas y fundamentos deportivos.
- Realiza actividades deportivas donde se respeta a sí mismo, a sus compañeros y comunidad en general.
-Maneja la plasticidad de su cuerpo, ritmo y expresión corporal.

**19.1.93. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 5°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 5°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-Reconocimiento de las diferentes disciplinas deportivas, por medio de actividades lúdicas y		



recreativas, asumiendo las normas y reglas de juego.

-Realización de actividades deportivas en diferentes escenarios, cuidando y respetando cada uno de los implementos deportivos.

-Establecimiento de la relación dinámica entre el movimiento corporal y el uso de implemento, a través de actividades deportivas individuales y grupales, con el fin de que el estudiante tenga cuidado con su cuerpo y los materiales deportivos.

### 19.1.94. **Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 5°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERIODO GRADO 5°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuidando mi cuerpo.</li> <li>- Higiene corporal.</li> <li>- Higiene y actividad física.</li> <li>-Calentamiento y recuperación física</li> <li>- Ambiente y actividad física.</li> <li>- Identificación segmentaria.</li> </ul>		

### 19.1.95. **Objetivos. Segundo Período Del Grado 5°**

GRADO	GRADO 5°
OBJETIVOS PERÍODO 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dominar las diferentes habilidades, destrezas y fundamentos deportivos.</li> <li>- Realizar actividades deportivas donde se respete a sí mismo, a sus compañeros y comunidad en general.</li> <li>- Adoptar y dominar la sociabilidad deportiva como elemento para su desarrollo personal, asimilando las reglas de juego y las diferentes individualidades.</li> </ul>



**19.1.96. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 5°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 5°

Físico motriz, expresiva corporal, axiológica corporal

**19.1.97. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 5°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 5°

¿Cómo desarrollar en los niños y las niñas el esquema corporal y los diferentes pre deportivos a través de la educación física a la vez que sean utilizándolos como un medio de socialización con los demás y el medio que los rodea?

**19.1.98. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 5°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 5°

-Practica diferentes disciplinas deportivas con sentido ético y humanista. - Domina las diferentes habilidades, destrezas y fundamentos deportivos. - Realiza actividades deportivas donde se respeta a sí mismo, a sus compañeros y comunidad en general. - Adopta y domina la sociabilidad deportiva como elemento para su desarrollo personal, asimilando las reglas de juego y las diferentes individualidades.

**19.1.99. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 5°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 5°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

-Aplicación de las habilidades motrices básicas de movimiento en los ejercicios y juegos, por medio de actividades de relevos y circuitos, con el fin de que el estudiante mejore la resistencia y la capacidad física



**19.1.100. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 5°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 5°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades Atléticas</li> <li>- Correr</li> <li>- Saltar</li> <li>- Caer</li> <li>- Posiciones Atléticas</li> <li>- Coordinación Atlética</li> <li>- Habilidades de pensamiento: ajedrez.</li> </ul>		

**19.1.101. Objetivos. Tercer Período Del Grado 5°**

GRADO	GRADO 5°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificar técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</li> <li>-Valorar mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</li> </ul>

**19.1.102. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 5°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 5°
Competencia motriz, expresiva corporal, axiológica corporal.



**19.1.103. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 5°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 5°

¿Cómo potenciar el desarrollo de las capacidades físicas?

**19.1.104. Ejes de los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 5°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 5°

-Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.

-Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.

**19.1.105. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 5°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 5°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

-Identificación de las técnicas de expresión corporal para la regulación emocional, para asumir una actitud de respeto con los demás.

-Valoración de la capacidad para realizar actividad física, teniendo en cuenta las condiciones personales.

**19.1.106. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 5°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 5°

SABER CONOCER  
(CONCEPTUAL)

SABER HACER  
(PROCEDIMENTAL)

SABER SER  
(ACTITUDINAL)

-El yoga como práctica sanadora

-Entrenamiento Hiit

-Actividad física (capacidades físicas)



-Tae-bo  
-Juegos pre-deportivos de fútbol.

● **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 5º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p e r a c i ó n	-Talleres escritos sobre los temas vistos.  -Confrontación y sustentación de los talleres  -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos.  -Confrontación y sustentación de los talleres  -Evaluación escrita y práctica	-Talleres escritos sobre los temas vistos.  -Confrontación y sustentación de los talleres  -Evaluación escrita y práctica
	D N i v e l a c i ó n	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares  -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.	-Trabajo cooperativo-colaborativo con pares  -Acompañamiento de monitores para el desarrollo de las diferentes técnicas.



D e  P r o f u n d i z a c i ó n	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables	-Conformación de equipos para el desarrollo de técnicas deportivas  -Realización de cartilla de hábitos saludables

**19.1.107. Docentes Del Grado 6°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
EDINSON ARISTIZABAL	PRINCIPAL	6º	edinson.aristizabal@iejva.edu.co

**19.1.108. Objetivo Del Ciclo III**

CICLO	CICLO III
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar este ciclo los estudiantes de sexto de la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez del programa estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.



**19.1.109. Objetivos. Primer Período Del Grado 6°**

GRADO	GRADO 6°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Conocer la importancia de las habilidades motrices básicas en el desarrollo físico motriz del ser humano.

**19.1.110. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 6°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 6°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**19.1.111. Pregunta O Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 6°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 6°
¿Cómo la actividad física y deportiva contribuyen al fortalecimiento de mis habilidades motrices básicas?

**19.1.112. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 6°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 6°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización movimientos.</li> <li>• Relaciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</li> <li>• Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad para lograr mis metas y conservar mis fortalezas.</li> </ul>



**19.1.113. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 6°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Comprensión del concepto de habilidades motrices básicas y los efectos de la actividad física en el fortalecimiento de estas, teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por el docente orientador.</p> <p>Perfeccionamiento de las posturas corporales propias de las técnicas de movimiento de acuerdo a los conceptos estudiados en clase y asumiendo una actitud responsable en cada una de las prácticas.</p>		

**19.1.114. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 6°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Enumeración y reconocimiento de cada una de las habilidades motrices básicas que tiene el ser humano.</p>	<p>Realización de actividades teóricas y prácticas relacionadas con las habilidades motrices básicas.</p>	<p>Reconoce las habilidades motrices básicas como factores protectores de la salud y la utilización adecuada del tiempo libre.</p>

**19.1.115. Objetivos. Segundo Período Del Grado 6°**

GRADO	GRADO 6°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Conocer la realidad de la práctica del atletismo y la gimnasia en su entorno.



**19.1.116. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 6°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 6°

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

**19.1.117. Pregunta O Situación Problematizadora. Segundo Período Del Grado 6°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 6°

¿Por qué el atletismo y la gimnasia son considerados deportes de base para el acercamiento a los demás deportes?

**19.1.118. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 6°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 6°

- Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida la importancia de mi tiempo para la actividad.
- Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.

**19.1.119. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 6°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 6°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)



SABER HACER (PROCEDIMENTAL)
SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Comprensión de las generalidades conceptuales del atletismo y la gimnasia y su puesta en práctica en las distintas actividades orientadas por el docente, teniendo presente cada uno de los acuerdos de clase.</p> <p>Ejecución secuencial de los patrones de movimientos básicos de cada deporte de manera eficaz, responsable y respetando cada uno de los criterios acordados.</p>

**19.1.120. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 6°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de las generalidades del atletismo y la gimnasia como deportes de base	Realización de diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas	Participa activamente en las pruebas de pista y campo

**19.1.121. Objetivos. Tercer Período Del Grado 6°**

GRADO	GRADO 6°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Conocer la importancia de los juegos predeportivos y tradicionales en la consolidación del dominio de las habilidades motrices básicas.



**19.1.122. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 6°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 6°

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

**19.1.123. Pregunta O Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 6°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 6°

¿De qué manera los juegos tradicionales y predeportivos fortalecen la sana convivencia en mi entorno social?

**19.1.124. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 6°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 6°

- Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
- Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.
- Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.

**19.1.125. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 6°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 6°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)



Reconocimiento de la importancia de los juegos tradicionales y predeportivos como elementos fundamentales en el mejoramiento de mis relaciones interpersonales y trabajo cooperativo.

Comprensión de la diferencia entre juegos tradicionales y juegos predeportivos a través de actividades teóricas y prácticas siguiendo las pautas acordadas en clase.

### 19.1.126. **Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 6°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 6°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Generalidades de los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Diferencia entre juegos tradicionales y predeportivos.</p> <p>Integración de juegos deportivos tradicionales y predeportivos.</p>	<p>Participación activa en los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Planeación y ejecución de juegos tradicionales y predeportivos de manera individual y grupal.</p>	<p>Valora los juegos predeportivos y tradicionales como herramienta para la integración y sana convivencia</p>

- **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

#### PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 6º

	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
--	-----------	-----------	-----------



De recuperación	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.
De Nivelación	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes
De Profundización	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.

**19.1.127. Docentes Del Grado 7°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
EDINSON ARISTIZABAL	PRINCIPAL	7º	edinson.aristizabal@iejva.edu.co



**19.1.128. Objetivo Del Ciclo III**

CICLO	CICLO III
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar este ciclo los estudiantes de séptimo de la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez del programa estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.

**19.1.129. Objetivos. Primer Período Del Grado 7°**

GRADO	GRADO 7°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Comprender los aspectos más relevantes de la preparación física y los cambios que se generan en el cuerpo a partir de su práctica.

**19.1.130. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 7°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 7°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**19.1.131. Pregunta O Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 7°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 7°
---

¿En qué aspectos la preparación física nos ayuda a comprender los cambios del cuerpo con la práctica de la actividad física?



**19.1.132. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 7°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 7°

- Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria. Organizo juegos para desarrollar en la clase.
- Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.
- Práctico elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas.

**19.1.133. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 7°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 7°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

SABER SER (ACTITUDINAL)

Comprensión del concepto de preparación física e identificación de los cambios que se dan durante la práctica de manera eficiente y responsable

Ejecución de diferentes pruebas que miden la condición física , identificando los diferentes estados fisiológicos y emocionales que se presentan durante la práctica.

**19.1.134. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 7°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 7°

SABER CONOCER

SABER HACER

SABER SER



(CONCEPTUAL)	(PROCEDIMENTAL)	(ACTITUDINAL)
Relación de mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo.	Aplicación de las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.	Identificación de mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar mis fortalezas.

**19.1.135. Objetivos. Segundo Período Del Grado 7°**

GRADO	GRADO 7°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Conocer el concepto de iniciación deportiva y su importancia en la adquisición de gestos técnicos en diferentes disciplinas deportivas

**19.1.136. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 7°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 7°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**19.1.137. Pregunta O Situación Problematizadora. Segundo Período Del Grado 7°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 7°
¿ Qué importancia tiene la iniciación deportiva para adquirir gestos técnicos en diferentes deportes ?



**19.1.138. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 7°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 7°

- Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.
- Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
- Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas de iniciación deportiva.

**19.1.139. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 7°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 7°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)

SABER HACER (PROCEDIMENTAL)

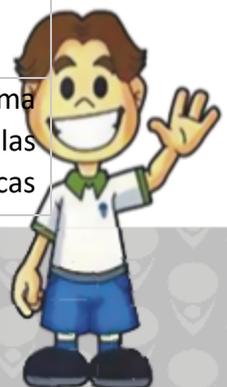
SABER SER (ACTITUDINAL)

Comprensión del concepto de iniciación deportiva y su importancia en la adquisición de bases sólidas para participar en diferentes disciplinas deportivas, asumiendo una actitud positiva en las actividades propuestas.

**19.1.140. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 7°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 7°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación de las generalidades de los diferentes deportes	Ejecución de los diferentes fundamentos técnicos de	Participa de forma colaborativa en las diferentes prácticas



	cada deporte.	deportivas.
--	---------------	-------------

**19.1.141. Objetivos. Tercer Período Del Grado 7°**

GRADO	GRADO 2°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Conocer la generalidades del softbol , su reglamento y aprender a practicarlo.

**19.1.142. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 7°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 7°
Competencia motriz
Competencia expresiva corporal
Competencia axiológica corporal

**19.1.143. Pregunta O Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 7°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 7°
---

¿Cómo el softbol contribuye a la exploración de movimientos y a la formación en valores?

**19.1.144. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 7°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 7°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Domino tecnicas y tacticas de prácticas deportivas</li> <li>• Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física</li> <li>• Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una</li> </ul>



alternativa importante.

**19.1.145. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 7°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 7°
<p>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</p> <p>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</p> <p>SABER SER (ACTITUDINAL)</p>
<p>Comprensión de las diferentes características del softbol a través de la práctica de los diferentes gestos técnicos, respetando el reglamento básico y participando de forma activa y colaborativa en las actividades.</p> <p>Conocimiento de los gestos técnicos y tácticos del softbol por medio de patrones de movimientos definidos en ejercicios específicos y juegos predeportivos, asumiendo con respeto y responsabilidad los acuerdos de clase.</p>

**19.1.146. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 7°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 7°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de las reglas básicas del softbol	Práctica de los diferentes gestos técnicos del softbol	Participo en las diferentes actividades deportivas planeadas en clase valorándolas como estrategia para mi formación personal



--	--	--

• Planes De Apoyo y Mejoramiento

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 7º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
De recuperación	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logró durante el periodo.
De Nivelación	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes
De Profundización	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.



- 1.1.1. Caminar en secundaria 6°-7° materia
- Docentes Del Grado primer periodo

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Carlos Mario Flórez Pereira	Central	6°-7°	carlos.florez@iejva.edu.co

- 1.1.2. Objetivo Del Ciclo Caminar en secundaria
- 1.1.3.

CICLO	CAMINAR EN SECUNDARIA



### OBJETIVO DEL CICLO

Al terminar este ciclo los estudiantes de sexto y séptimo de la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez del programa caminar en secundaria estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.

#### ■ 1.1.4. Competencias A Desarrollar primer periodo Caminar en secundaria 6º y 7º

■

#### COMPETENCIAS PERIODO 1 CAMINAR EN SECUNDARIA 6º y 7º

**Competencia motriz**

**Competencia expresiva corporal**

**Competencia axiológica corporal**



■ 1.1.5. **Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**



**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 1 GRADOS 6º Y 7º**

¿Cómo la actividad física y deportiva contribuyen al fortalecimiento de mis habilidades motrices básicas?

■ 1.1.6. **Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**

• 2.

**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 CAMINAR SECUNDARIA 6º Y 7º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**



Comprensión del concepto de habilidades motrices básicas y los efectos de la actividad física en el fortalecimiento de estas, teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por el docente orientador.

Perfeccionamiento de las posturas corporales propias de las técnicas de movimiento de acuerdo a los conceptos estudiados en clase y asumiendo una actitud responsable en cada una de las prácticas.

■ **2.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**

CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA PRIMER PERIODO 6°-7°		
<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>



<p>Enumeración y reconocimiento de cada una de las habilidades motrices básicas que tiene el ser humano.</p>	<p>Realización de actividades teóricas y prácticas relacionadas con las habilidades motrices básicas.</p>	<p>reconoce las habilidades motrices básicas como factores protectores de la salud y la utilización adecuada del tiempo libre.</p>
--	---	--

**2.1.2. Competencias A Desarrollar primer periodo Caminar en secundaria 6º y 7º**



**COMPETENCIAS PERIODO 2 CAMINAR EN SECUNDARIA 6º y 7º**

**Competencia motriz**

**Competencia expresiva corporal**

**Competencia axiológica corporal**

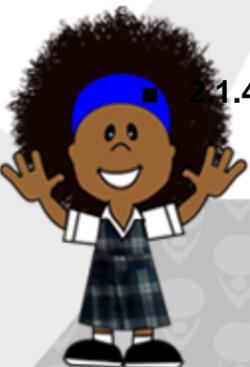
■ **2.1.3. Pregunta O Situación Problematizadora. Caminar en secundaria**

■

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 2 GRADOS 6º Y  
7º**

¿Por qué el atletismo y la gimnasia son considerados deportes de base para el acercamiento a los demás deportes?

■ **2.1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



## INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 CAMINAR SECUNDARIA 6º Y 7º

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Comprensión de las generalidades conceptuales del atletismo y la gimnasia y su puesta en práctica en las distintas actividades orientadas por el docente, teniendo presente cada uno de los acuerdos de clase.

Ejecución secuencial de los patrones de movimientos básicos de cada deporte de manera eficaz, responsable y respetando cada uno de los criterios acordados.

### ■ 3.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria

#### CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA SEGUNDO PERIODO 6º-7º



<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>Comprensión de las generalidades del atletismo y la gimnasia como deportes de base</p>	<p>Realización de diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas</p>	<p>Participa activamente en las pruebas de pista y campo</p>

- 
- **3.1.2. Competencias A Desarrollar tercer periodo Caminar en secundaria 6º y 7º**



**COMPETENCIAS PERIODO 3 CAMINAR EN SECUNDARIA 6º y 7º**

**Competencia motriz**

**Competencia expresiva corporal**

**Competencia axiológica corporal**

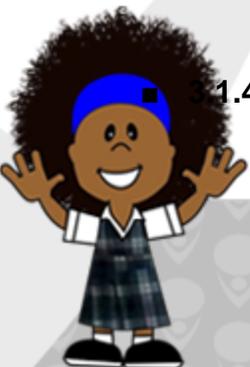
■ **3.1.3. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**

■

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 3 GRADOS 6º Y  
7º**

¿De qué manera los juegos tradicionales y predeportivos fortalecen la sana convivencia en mi entorno social?

■ **1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



### INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 CAMINAR SECUNDARIA 6º- 7º

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Reconocimiento de la importancia de los juegos tradicionales y predeportivos como elementos fundamentales en el mejoramiento de mis relaciones interpersonales y trabajo cooperativo.

Comprensión de la diferencia entre juegos tradicionales y juegos predeportivos a través de actividades teóricas y practicas siguiendo las pautas acordadas en clase.

#### ■ 4.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria

### CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA TERCER PERIODO 6º - 7º



<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>Generalidades de los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Diferencia entre juegos tradicionales y predeportivos.</p> <p>Integración de juegos deportivos tradicionales y predeportivos.</p>	<p>Participación activa en los juegos predeportivos y tradicionales.</p> <p>Planeación y ejecución de juegos tradicionales y predeportivos de manera individual y grupal.</p>	<p>Valora los juegos predeportivos y tradicionales como herramienta para la integración y sana convivencia</p>

- **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

**PLANES DE APOYO PARA CAMINAR EN SECUNDARIA 6º-7º**



	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
<b>De recuperación</b>	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logro durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logro durante el periodo.	Presentar los trabajos, actividades y evaluaciones que no logro durante el periodo.
<b>De Nivelación</b>	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes	Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes
<b>De Profundización</b>	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.	Brindar la posibilidad de monitorias para que ayuden a aquellos que tienen deficiencias a cambio de una nota de estímulo.



--	--	--	--

**19.1.147. Docentes Del Grado 8°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	8º	magda.osorio@iejva.edu.co

**19.1.148. Objetivo Del Ciclo IV**

CICLO	CICLO IV
OBJETIVO DEL CICLO	Al finalizar el ciclo los estudiantes estarán en la capacidad de realizar sus propias actividades y ejercicios que los lleven mejorar su condición física y su calidad de vida, siendo consciente de la importancia de realizar dichas actividades bajo unas condiciones específicas.

**19.1.149. Objetivos. Primer Período Del Grado 8°**

GRADO	GRADO 8°
OBJETIVOS	Identificar las capacidades físicas y reconocer que su práctica organizada



PERÍODO 1	contribuye al mejoramiento de la condición física y de la salud en general.
-----------	---

**19.1.150. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 8°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 8°
AXIOLÓGICA CORPORAL Y MOTRIZ

**19.1.151. Pregunta O Situación Problematizadora. Primer Período Del Grado 8°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 8°
¿Cómo el entrenamiento de las habilidades y capacidades motrices ayudan al mejoramiento de la calidad de vida?

**19.1.152. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 8°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 8°
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.</li> <li>Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético</li> <li>Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego.</li> </ul>

**19.1.153. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 8°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable, participando en las actividades propuestas con una actitud positiva y colaborativa		



**19.1.154. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 8°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación de cada una de las capacidades físicas y su importancia para la salud	Participo activamente en ejercicios, juegos y actividades desarrolladas en clase	Demuestro interés y actitud positiva en actividades teóricas y practicas relacionadas con las habilidades y capacidades motrice

**19.1.155. Objetivos. Segundo Período Del Grado 8°**

GRADO	GRADO 8°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.

**19.1.156. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 8°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 8°
EXPRESIVO MOTRIZ , AXIOLÓGICA CORPORAL, MOTRIZ

**19.1.157. Pregunta O Situación Problematizadora. Segundo Período Del Grado 8°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 8°
¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?



**19.1.158. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 8°**

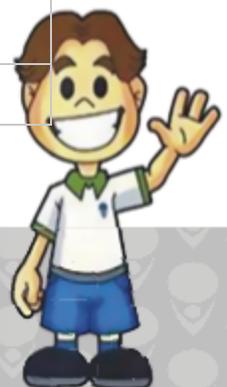
EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 8°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.</li> <li>• Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente</li> <li>• Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.</li> </ul>

**19.1.159. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 8°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Participación adecuada en ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación, conociendo su importancia y valorando cada actividad como un refuerzo para su formación personal		

**19.1.160. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 8°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Selecciono expresiones y movimientos para consultar y explicar a los demás.	Ejecuto adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.	Mantengo una actitud de tolerancia  , respeto y colaboración hacia los compañeros durante las actividades grupales



**19.1.161. Objetivos. Tercer Período Del Grado 8°**

GRADO	GRADO 8°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Relacionar la práctica deportiva con el desarrollo físico motriz y las condiciones de salud y bienestar

**19.1.162. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 8°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 8°
AXIOLÓGICA Y MOTRIZ

**19.1.163. Pregunta O Situación Problematizadora. Tercer Período Del Grado 8°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 8°
¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?

**19.1.164. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 8°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 8°
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético</li> <li>● Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego.</li> <li>● Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.</li> <li>● Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.</li> </ul>

**19.1.165. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 8°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)



Comprensión de la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable, participando de las actividades y asumiendo una actitud positiva y colaborativa

**19.1.166. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 8°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 8°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identifico los diferentes gestos técnicos de los deportes de raqueta y bate	Ejecuto los diferentes gestos técnicos de los deportes de raqueta y bate	Reconozco que todos somos diferentes y respeto esas diferencias las cuales enriquecen el trabajo en equipo

● **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 8º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p e r a		*Orientación personal	*Orientación personal
		* Talleres de los temas vistos.	* Talleres de los temas vistos.
		Carteleras *	Carteleras *
		Autoevaluación *	Autoevaluación *
	*Orientación personal	Actividad práctica de los fundamentos motrices y deportivos	Actividad práctica de los fundamentos motrices y deportivos
	* Talleres de los temas vistos.		
	* Carteleras *		
	Autoevaluación *		



c i ó n	Actividad práctica de los fundamentos motrices y deportivos		
D e  N i v e l a c i ó n	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual
D e  P r o f  u n d i z a c i ó n	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria



**19.1.167. Docentes Del Grado 9°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	9º	magda.osorio@iejva.edu.co

**19.1.168. Objetivo Del Ciclo IV**

CICLO	CICLO IV
OBJETIVO DEL CICLO	Al finalizar el ciclo los estudiantes estarán en la capacidad de realizar sus propias actividades y ejercicios que los lleven mejorar su condición física y su calidad de vida, siendo consciente de la importancia de realizar dichas actividades bajo unas condiciones específicas.

**19.1.169. Objetivos. Primer Período Del Grado 9°**

GRADO	GRADO 9°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Reconocer que los hábitos saludables son el principio de una salud física y mental que contribuirá a mejorar la calidad de vida

**19.1.170. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 9°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 9°
Axiológica, expresivo corporal y motriz

**19.1.171. Pregunta O Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 9°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 9°
¿Cuál es la importancia de practicar hábitos saludables y actividades motrices y cuales



son las consecuencias de no hacerlo, tanto a nivel familiar como individual?

**19.1.172. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Primer Período Del Grado 9°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 9°

- Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida
- Realizo actividades físicas para la conservación de mi salud.
- Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico
- Reconozco las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.
- Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre.

**19.1.173. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 9°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 9°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-------------------------------	--------------------------------	-------------------------

Identificación y realización de actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable y calidad de vida apuntando a ser ejemplo y referente en el grupo por su orden, compromiso y vida saludable.

**19.1.174. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 9°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 9°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
-------------------------------	--------------------------------	----------------------------

Identifico los diferentes las diferentes categorías de	Diseño cartilla de hábitos saludables con mensajes	Muestro interés por establecer ambientes por de
--	--	---



hábitos saludables y los analizo en la vida personal, reconociendo el daño que hace para la salud no tenerlos presentes	educativos que los promuevan .  Practico actividades físicas como parte de los hábitos saludables	respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.

**19.1.175. Objetivos. Segundo Período Del Grado 9°**

GRADO	GRADO 9°
OBJETIVOS PERÍODO 2	"  Utilizar actividades lúdicas y deportivas para fortalecer los valores y mejorar elementos técnicos fundamentales y reglamentarios de diferentes disciplinas deportivas.

**19.1.176. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 9°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 9°
Competencia motriz, axiológica y expresivo corporal

**19.1.177. Pregunta O Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 9°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 9°
¿Cómo logro establecer relaciones entre las diferentes expresiones y capacidades motrices que aplico en los diferentes deportes de conjunto?

**19.1.178. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Segundo Período Del Grado 9°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 9°
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos</li> </ul>



motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas.

- Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices.
- Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos dependiendo de la disciplina deportiva
- Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación

**19.1.179. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 9°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación las reglas básicas del deporte trabajado, participando de forma activa en situaciones de juego y reconociendo la importancia del trabajo en equipo para la obtención de buenos resultados.		

**19.1.180. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 9°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Identificación de las reglas básicas del deporte trabajado, así como la importancia del trabajo en equipo para la obtención de buenos resultados	Ejecución de ejercicios de fundamentación técnica realizados de forma individual y grupal	Participación activa y colaborativa en diferentes situaciones de juego ajustándose al reglamento y al trabajo en equipo



**19.1.181. Objetivos. Tercer Período Del Grado 9°**

GRADO	GRADO 9°
OBJETIVOS PERÍODO 3	Generar estrategias para la práctica de acciones motrices que apunten a la recreación y utilización adecuada del tiempo libre en el marco de las competencias ciudadanas

**19.1.182. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 9°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 9°
Competencia motriz, axiológica y expresivo corporal

**19.1.183. Pregunta O Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 9°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 9°
Como la lúdica y la recreación pueden ser un medio para afianzar las competencias ciudadanas?

**19.1.184. Ejes De Los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 9°**

EJES DE LOS ESTANDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 9°
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego, reconociendo la diferencia y respetando al adversario</li> <li>● Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación como integrante de una sociedad</li> <li>● Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego y la sana convivencia</li> <li>● Participo en la ejecución y organización de actividades institucionales, en beneficio del desarrollo de competencias ciudadanas y motrices</li> <li>● Selecciono actividades lúdicas para el uso adecuado del tiempo libre</li> </ul>



**19.1.185. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 9°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Reconoce la importancia de la utilización adecuada del tiempo libre, participando en diferentes actividades lúdico-recreativas teniendo como principio ejecutor las competencias ciudadanas a la hora de relacionarse con el otro		

**19.1.186. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 9°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Familiarización con conceptos básicos como lúdica, recreación, juego, competencias ciudadanas, tiempo libre, trabajo en equipo, entre otros	Desarrollo y participación activa en actividades lúdicas, juegos y desafíos recreativos	Práctica constante de las competencias ciudadanas y valores como el respeto, la empatía

● **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 9°			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e c u p		Orientación personal * Talleres de los temas vistos. * Carteleras * Autoevaluación * Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportiva	Orientación personal * Talleres de los temas vistos. * Carteleras * Autoevaluación * Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportiva



e r a c i ó n	*Orientación personal * Talleres de los temas vistos. * Cartelera * Autoevaluación * Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas		
D e  N i v e l a c i ó n	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual	Trabajo práctico colaborativo en equipo, en parejas e individual
D e P r o f u n d i z a c i ó n	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria	Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria



- **1.1.1. Caminar en secundaria 8°-9° materia**
- **Docentes Del Grado 8°- 9° primer periodo**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
Carlos Mario Flórez Pereira	Central	8°-9°	carlos.florez@iejva.edu.co

- **1.1.2. Objetivo Del Ciclo Caminar en secundaria**
- 

CICLO	CAMINAR EN SECUNDARIA
<b>OBJETIVO DEL CICLO</b>	Al terminar este ciclo los y las estudiantes de caminar en secundaria la Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez estarán en condiciones de mejorar sus capacidades físicas aplicando las categorías de movimiento en las diferentes actividades deportivas y recreativas y reconoces su importancia en la formación personal



- **1.1.3. Competencias A Desarrollar. Caminar en secundaria**
- 

**COMPETENCIAS: CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 1 GRADOS 8º-9º**

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

- **1.1.4. Pregunta O Situación Problematizadora. Caminar en secundaria**
- 

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 1 GRADOS 8º-9º**

¿De qué manera el fortalecimiento de mis capacidades físicas básicas contribuye en la conservación de mi salud?



■ **1.1.5. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**

•

**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 CAMINAR SECUNDARIA 8º-9º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de las capacidades físicas por medio de la ejecución de ejercicios y actividades individuales y grupales, participando con interés en las actividades teóricas y prácticas, conforme a los acuerdos de clase.

Conocimiento del beneficio de la practica de actividad física en el fortalecimiento y conservación de la salud, siendo responsable en la ejecución de cada una de las actividades practicas y respetando los acuerdos de clase.

■ **2.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**



CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA PRIMER PERIODO 8°-9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Abordaje conceptual de cada una de las capacidades físicas básicas.</p> <p>Relación entre capacidades físicas básicas y salud.</p>	<p>Ejecución de diferentes ejercicios para el mejoramiento de cada una de las capacidades físicas.</p> <p>Planeación grupal de circuito físico encaminado al fortalecimiento de las capacidades físicas.</p>	<p>Participa de forma activa y ordenada en cada una de las pruebas y ejercicios físicos realizados de forma individual y grupal</p>

■ **2.1.2. Competencias A Desarrollar. Caminar en secundaria**

■



**COMPETENCIAS: CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 2 GRADOS 8º- 9º**

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

■ **2.1.3. Pregunta O Situación Problematizadora. Caminar en secundaria**

■

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 2 GRADOS 8º- 9º**

¿Por qué es importante la identificación de deportes que no son populares en mi entorno?

■ **2.1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



**INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 CAMINAR SECUNDARIA 8º- 9º**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de las generalidades del béisbol y su puesta en práctica en las diferentes actividades programadas en el área, teniendo presente los criterios y acuerdos pactados con anterioridad.

Comprensión conceptual de los diferentes gestos técnicos del béisbol y su ejecución en situaciones reales de juego, conservando un trato ameno y de cordialidad con sus compañeros de clase.

■ **3.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria**



CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA SEGUNDO PERIODO 8°-9°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>El béisbol:                      Conceptualización del deporte, historia, gestos técnicos básicos, reglamento básico.</p> <p>Conocimiento de las generalidades del beisbol demostrándolo mediante actividades escritas y sustentaciones orales.</p>	<p>Identificación de gestos técnicos elementales del beisbol, campo de juego y materiales propios de este.</p> <p>Fundamentación de los gestos técnicos del béisbol en situaciones reales de juego.</p>	<p>Participa con interés y armonía en las actividades del béisbol demostrando su comportamiento eficiente dentro y fuera del juego.</p> <p>Respeto e incentiva el trabajo en equipo en cada una de las actividades prácticas en relación al béisbol.</p>



■ **3.1.2. Competencias A Desarrollar. Caminar en secundaria**



**COMPETENCIAS: CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 3 GRADOS 8º-9º**

Competencia motriz

Competencia expresiva corporal

Competencia axiológica corporal

**3.1.3. Pregunta O Situación Problematicadora. Caminar en secundaria**

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA CAMINAR EN SECUNDARIA PERIODO 3 GRADOS 8º-9º**

¿De qué manera el baloncesto como deporte de conjunto fortalece mi trabajo cooperativo?

**3.1.4. Indicadores De Desempeño. Caminar en secundaria**



•

### INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 CAMINAR SECUNDARIA 8º-9º

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de las reglas básicas del baloncesto y su puesta en práctica en situaciones reales de juego, teniendo presente cada una de las instrucciones dadas por el docente.

Reconocimiento del trabajo cooperativo como factor preponderante en el fortalecimiento de mis relaciones interpersonales dentro y fuera del escenario deportivo.

#### ■ 4.1.1. Contenidos Temáticos. Caminar en secundaria

### CONTENIDOS TEMÁTICOS CAMINAR EN SECUNDARIA TERCER PERIODO 8º - 9º



<b>SABER CONOCER (CONCEPTUAL)</b>	<b>SABER HACER (PROCEDIMENTAL)</b>	<b>SABER SER (ACTITUDINAL)</b>
<p>Baloncesto: Identificación de las reglas básicas del baloncesto.</p> <p>Importancia del trabajo en equipo y colaborativo para la obtención de buenos resultados.</p>	<p>Práctica de ejercicios de fundamentación técnica realizados de forma individual y grupal.</p> <p>Realización de juegos predeportivos del baloncesto encaminados a fortalecer el trabajo en equipo.</p>	<p>Participo activamente en los diferentes encuentros de baloncesto planeados en clase, respetando las reglas de juego y a mis compañeros.</p> <p>Reconozco el trabajo en equipo y colaborativo como herramienta fundamental para la obtención de objetivos comunes.</p>



PLANES DE APOYO PARA CAMINAR EN SECUNDARIA 8º- 9º

	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
<b>De recuperación</b>	Orientación personal.  Talleres sobre los temas vistos.  Carteleras  Autoevaluación  Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas	Orientación personal.  Talleres sobre los temas vistos.  Carteleras  Autoevaluación  Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas	Orientación personal.  Talleres sobre los temas vistos.  Carteleras  Autoevaluación  Actividad práctica de los fundamentos y técnicas deportivas



<p><b>De Nivelación</b></p>	<p>Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Estimular la colaboración entre compañeros para que a través de la solidaridad ayuden a desatrasar a los ausentes.</p> <p>Elaboración de cuadro comparativo.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>
<p><b>De Profundización</b></p>	<p>Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria.</p>	<p>Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria.</p>	<p>Se les asigna un grupo de compañeros que tengan un desempeño básico o bajo para que este estudiante los nivele en forma integrada con ellos en forma de monitoria.</p>



--	--	--	--

**19.1.187. Docentes Del Grado 10°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	10º	magda.osorio@iejva.edu.co
CARLOS MARIO FLÓREZ	PRINCIPAL	10º	carlos.florez@iejva.edu.co

**19.1.188. Objetivo Del Ciclo V**

CICLO	CICLO V
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 5 los estudiantes de décimo y once de la Institución Educativa Joaquin Valejo Arbelaez estarán en capacidad de estructurar un plan personal que mejore su condición física que promueva su salud y prevenga la enfermedad, además de adelantar experiencias comunitarias aplicando los conocimientos adquiridos en administración deportiva y



	recreación.
--	-------------

**19.1.189. Objetivos. Primer Período Del Grado 10°**

GRADO	GRADO 10°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Reconocer la importancia de los hábitos saludables en la conservación de la salud

**19.1.190. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 10°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 10°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.
Axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
Competencia expresiva corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.

**19.1.191. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 10°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 10°
¿Por qué es importante conservar hábitos saludables en nuestra vida diaria y qué pautas seguir para su fortalecimiento ?

**19.1.192. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 10°**

■ <b>Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 10°</b>		
Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.



**19.1.193. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 10°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 10°
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)
SABER HACER (PROCEDIMENTAL)
SABER SER (ACTITUDINAL)
<p>Comprensión de la importancia y utilización de hábitos saludables en nuestra vida diaria como una herramienta fundamental para el fortalecimiento y conservación de la salud, realizando las actividades en clase de forma ordenada y siguiendo las indicaciones dadas.</p> <p>Ejecución de ejercicios prácticos de manera planificada y responsable teniendo presente la conceptualización estudiada en clase.</p> <p>Demostración de interés en el desarrollo de cada uno de los momentos de clase, conceptual o práctica.</p>

**19.1.194. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 10°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERIODO GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Influencia de los hábitos saludables en la calidad de vida de la persona	Utilización la actividad física como una herramienta para la conservación de la salud	Valoro la importancia de la actividad física como herramienta para la conservación de la salud



**19.1.195. Objetivos. Segundo Período Del Grado 10°**

GRADO	GRADO 10°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Estudiar las generalidades de la administración deportiva

**19.1.196. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 10°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 10°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos
Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos
Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**19.1.197. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 10°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 10°
¿De qué manera puedo implementar los conocimientos en administración deportiva en mi comunidad?

**19.1.198. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 10°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 10°		
Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.	Conformo equipos de juego para organizar y participar en diversos eventos y contextos	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.



**19.1.199. Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 10°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de las generalidades de la administración deportiva evidenciándose en la realización y participación de campeonatos deportivos, asumiendo una actitud responsable y siguiendo las orientaciones acordadas en clase.	Aplicación de los conocimientos adquiridos en clase sobre administración deportiva en la planeación y ejecución de actividades deportivas y lúdicas respetando cada una de las indicaciones dadas por el docente.	Reconocimiento del trabajo en equipo como herramienta fundamental en la planificación y ejecución de actividades deportivas de acuerdo a los conocimientos sobre administración deportiva

**19.1.200. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 10°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERIODO GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de generalidades de la administración deportiva	Aplicación de diferentes modelos de fixture y sistemas de juego	Lidero y participo diferentes actividades orientadas a la realización de torneos deportivos.



**19.1.201. Objetivos. Tercer Período Del Grado 10°**

GRADO	GRADO 10°
OBJETIVOS PERÍODO 3	conocer los gestos técnicos y tácticos del voleibol y balonmano en situaciones reales de juego.

**19.1.202. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 10°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 10°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos
Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos
Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**19.1.203. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 10°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 10°
¿De qué manera la práctica deportiva contribuye a la conservación de mi salud y al fortalecimiento de las relaciones interpersonales?

**19.1.204. Ejes de los Estándares O lineamientos. Tercer Período Del Grado 10°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 10°		
Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física	valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.



**19.1.205. Indicadores De Desempeño. Tercer Período Del Grado 10°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 10°
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)
SABER HACER (PROCEDIMENTAL)
SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de las diferentes características del balonmano a través de la práctica de los diferentes gestos técnicos, respetando el reglamento básico y participando de forma activa y colaborativa en las actividades.
Conocimiento de los gestos técnicos y tácticos del voleibol por medio de patrones de movimientos definidos en ejercicios específicos y juegos predeportivos, asumiendo con respeto y responsabilidad los acuerdos de clase.
Fomenta el trabajo cooperativo en las actividades deportivas llevadas a cabo en clase y teniendo presente la parte conceptual de cada deporte



**19.1.206. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 10°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 10°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de las reglas básicas del balonmano y el voleibol	Práctica de los diferentes gestos técnicos del balonmano y el voleibol	Participo en las diferentes actividades deportivas planeadas en clase valorándolas como estrategia para mi formación personal

• **Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 10º			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
Declaración	<p>Lectura sobre hábitos saludables.</p> <p>Trabajo escrito acerca de temas como el tabaquismo y drogadicción, la actividad física, alimentación saludable, higiene postural.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física</p>	<p>Lectura y elaboración de mapas conceptuales.</p> <p>Trabajo escrito sobre el impacto de la administración deportiva.</p> <p>Actividad práctica, circuito aeróbico de las capacidades físicas.</p>	<p>Lectura.</p> <p>Trabajo escrito.</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de los fundamentos deportivos</p>



D e  N i v e l a c i ó n	Buscar videos de los temas vistos.  Presentación de trabajo escrito.  Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.	Ensayo sobre las fases de la administración deportiva.  Elaboración de cuadro comparativo.  Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.	Buscar videos de los temas vistos.  Presentación de trabajo escrito.  Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.
D e  P r o f u n d i z a c i ó n	Elemento de apoyo educativo en el grupo, monitorias, entrenamientos, lecturas y videos recomendados.	Elemento de apoyo educativo en el grupo, monitorias, lecturas y videos recomendados	Elemento de apoyo educativo en el grupo, monitorias, entrenamientos, lecturas y videos recomendados.



--	--	--	--

**19.1.207. Docentes Del Grado 11°**

DOCENTE	SEDE	GRADO	CORREO ELECTRÓNICO
CARLOS MARIO FLÓREZ	PRINCIPAL	11º	carlos.florez@iejva.edu.co
MAGDA OSORIO TAMAYO	PRINCIPAL	11º	magda.osorio@iejva.edu.co

**19.1.208. Objetivo Del Ciclo V**

CICLO	CICLO V
OBJETIVO DEL CICLO	Al terminar el ciclo 5 los estudiantes de décimo y once de la Institución Educativa Joaquin Valejo Arbelaez estarán en capacidad de estructurar un plan personal que mejore su condición física que promueva su salud y prevenga la enfermedad, además de adelantar experiencias comunitarias aplicando los conocimientos adquiridos en administración deportiva y recreación

**19.1.209. Objetivos. Primer Período Del Grado 11°**

GRADO	GRADO 11°
OBJETIVOS PERÍODO 1	Comprender las diferentes fases para la organización de un evento recreativo, cultural o deportivo.

**19.1.210. Competencias A Desarrollar. Primer Período Del Grado 11°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 1 DEL GRADO 11°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos



Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos

Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**19.1.211. Pregunta o Situación Problematicadora. Primer Período Del Grado 11°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 1 EL GRADO 11°

¿Cómo a través de la organización de eventos deportivos y culturales en mi institución educativa y comunidad logro potenciar el desarrollo humano?

**19.1.212. Ejes de los estándares o lineamientos. Primer Período Del Grado 11°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 1 DEL GRADO 11°

Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.	Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.	Participo en la organización de eventos recreativos y deportivos de la institución.

**19.1.213. Indicadores De Desempeño. Primer Período Del Grado 11°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 1 DEL GRADO 11°

SABER CONOCER (CONCEPTUAL)



**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Reconocimiento de cada uno de los conceptos de organización de eventos deportivos poniéndolos en práctica en actividades deportivas, recreativas y culturales asumiendo con responsabilidad cada compromiso.

Planeación y participación en la organización de eventos deportivos y recreativos institucionales, demostrando liderazgo, responsabilidad y asumiendo e interpretando con compromiso los roles que se le asignen en el evento.

Participación de manera responsable y colaborativa en cada uno de los eventos deportivos planeados donde se evidencian los conocimientos adquiridos en clases

**19.1.214. Contenidos Temáticos. Primer Período Del Grado 11°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS PRIMER PERÍODO GRADO 11°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de los pasos para la planeación de diferentes actividades relacionadas con eventos deportivos y recreativos demostrando liderazgo en ellas.	Ejecución de las actividades planeadas para eventos deportivos y recreativos institucionales y grupales.	Asumo con responsabilidad la organización de eventos deportivos y recreativos institucionales y grupales.



**19.1.215. Objetivos. Segundo Período Del Grado 11°**

GRADO	GRADO 11°
OBJETIVOS PERÍODO 2	Identificar los beneficios de la actividad física en el bienestar físico, mental y social del ser humano.

**19.1.216. Competencias A Desarrollar. Segundo Período Del Grado 11°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 2 DEL GRADO 11°
Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos
Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos
Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.

**19.1.217. Pregunta o Situación Problematicadora. Segundo Período Del Grado 11°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 2 EL GRADO 11°
¿Por qué y de qué manera la actividad física contribuye a la conservación de mi salud?

**19.1.218. Ejes de los estándares o lineamientos. Segundo Período Del Grado 11°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 2 DEL GRADO 11°		
Competencia Motriz	<b>Competencia expresiva corporal</b>	<b>Competencia axiológica corporal</b>
Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.



19.1.219. **Indicadores De Desempeño. Segundo Período Del Grado 11°**



■ **INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 2 DEL GRADO 11°**

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Reconocimiento de las generalidades de la actividad física y su impacto en la conservación de la salud, planeando y ejecutando ejercicios de manera organizada de acuerdo a sus gustos, necesidades y respetando los acuerdos de clase.

Planificación y ejecución de mi plan de actividad física teniendo presente cada una de las conceptualizaciones estudiadas en clase y asumiendo con responsabilidad cada ejercicio práctico.

Manifestación de interés en la práctica de actividad física de acuerdo a lo planeado y registrado en mi agenda de clases



**19.1.220. Contenidos Temáticos. Segundo Período Del Grado 11°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS SEGUNDO PERÍODO GRADO 11°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Comprensión de la importancia de la actividad física en la salud y los conceptos de causas, prevención y tratamiento de lesiones deportivas.	Realización de exposiciones a cerca de la actividad física como una herramienta para la conservación de la salud	Interiorizo la importancia conocer algunos conceptos básicos relacionados con la actividad física como herramienta para la conservación de la salud

**19.1.221. Objetivos. Tercer Período Del Grado 11°**

GRADO	GRADO 11°
OBJETIVOS PERÍODO 3	<p>Conocer las generalidades de los deportes no convencionales como herramienta alternativa para la práctica deportiva.</p> <p>Ejecutar los diferentes gestos técnicos y tácticos del voleibol en juego real teniendo presente su reglamento.</p>

**19.1.222. Competencias A Desarrollar. Tercer Período Del Grado 11°**

COMPETENCIAS: PERÍODO 3 DEL GRADO 11°
<p>Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Competencia axiológica corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos</p> <p>Competencia expresiva corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.</p>



**19.1.223. Pregunta o Situación Problematicadora. Tercer Período Del Grado 11°**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA PERÍODO 3 EL GRADO 11°

¿De qué manera los deportes no convencionales y el voleibol contribuyen al mejoramiento del trabajo cooperativo?

**19.1.224. Ejes de los estándares o lineamientos. Tercer Período Del Grado 11°**

EJES DE LOS ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS PERÍODO 3 DEL GRADO 11°

Competencia Motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
Reconozco la existencia y generalidades de deportes no comunes en mi contexto.  Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en  diferentes prácticas deportivas y motrices.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.

**19.1.225. Indicadores de Desempeño. Tercer Período Del Grado 11°**

INDICADORES DE DESEMPEÑO PERÍODO 3 DEL GRADO 11°

**SABER CONOCER (CONCEPTUAL)**

**SABER HACER (PROCEDIMENTAL)**

**SABER SER (ACTITUDINAL)**

Identificación de los deportes no convencionales como una alternativa para la



práctica de actividad física y el mejoramiento de la calidad de vida, teniendo presente las indicaciones dadas y respetando el rol de cada compañero y compañera en las actividades programadas.

Comprensión del reglamento de voleibol durante el juego real ejecutando de manera eficiente los gestos técnicos y participando de forma activa y colaborativa.

■  
**19.1.226. Contenidos Temáticos. Tercer Período Del Grado 11°**

CONTENIDOS TEMÁTICOS TERCER PERIODO GRADO 11°		
SABER CONOCER (CONCEPTUAL)	SABER HACER (PROCEDIMENTAL)	SABER SER (ACTITUDINAL)
Conocimiento de las generalidades de los diferentes deportes no convencionales.	Ejecución y desarrollo de algunos deportes no convencionales	Participo activamente en la práctica de los deportes no convencionales y reconozco que son alternativas para aplicar a mi vida cotidiana
Afianzamiento de las diferentes reglas del voleibol en situaciones reales de juego.	Perfeccionamiento de los diferentes gestos técnicos y tácticos del voleibol en situaciones reales de juego	Participo activamente en los diferentes partidos de voleibol planeados en clase

**Planes De Apoyo y Mejoramiento**

PLANES DE APOYO PARA EL GRADO 11°			
	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3
D e r e	Presentación, ejecución y enseñanza de juego a los niños de primaria en tiempo	Lectura  Trabajo escrito	Lectura  Trabajo escrito



c u p e r a c i ó n	extraclase	<p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física</p> <p>Apoyo logístico en actividades institucionales deportivas y/o culturales</p>	<p>Actividad práctica de mejoramiento de los fundamentos deportivos</p> <p>Apoyo logístico en actividades institucionales deportivas y/o culturales</p> <p>Exposición de hábitos saludables a grados inferiores</p>
D e  N i v e l a c i ó n	<p>Lectura</p> <p>Trabajo escrito</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p>	<p>Elaboración de juguete con material reciclable.</p> <p>Presentación, ejecución y enseñanza de juegos a los niños de primaria en tiempo extraclase.</p>	<p>Lectura</p> <p>Trabajo escrito</p> <p>Actividad práctica de mejoramiento de la condición física.</p> <p>Apoyo logístico en actividades institucionales, deportivas y/o culturales</p>
D e  P r o f u n d i z a	<p>Elemento de apoyo educativo a nivel grupal e institucional como monitorias, eventos, torneos, entrenamientos,</p>	<p>Elemento de apoyo educativo a nivel grupal e institucional como monitorias, eventos, torneos, entrenamientos, lecturas y videos recomendados, entre otras.</p>	<p>Elemento de apoyo educativo a nivel grupal e institucional como monitorias, eventos, torneos, entrenamientos, lecturas y videos recomendados, entre otras.</p>



c i ó n	lecturas y videos recomendados, entre otras.		
------------------	--	--	--

• **Criterios y Estrategias De Evaluación**

EVALUACIÓN			
CRITERIOS	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participativa</li> <li>• Permanente</li> <li>• Integral</li> <li>• Flexible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluación cognitiva</li> <li>• Evaluación Procedimental</li> <li>• Evaluación actitudinal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación y responsabilidad en clase</li> <li>• Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas</li> <li>• Exposición y argumentación coherente</li> <li>• Capacidad de liderazgo</li> <li>• Racionalidad en el manejo de los recursos</li> <li>• Manejo adecuado y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permanente</li> </ul>



		<p>considerado de la implementación y los espacios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conservación y cuidado de la naturaleza y los servicios públicos dentro de la institución</li> <li>• Realización de actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación</li> <li>• Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros</li> <li>• Respeto por las normas establecidas en clase</li> <li>• Utilización de estrategias de cooperación en las actividades</li> </ul>	
--	--	---	--



		<p><b>prácticas de clase</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Utilización de las reglas y normas para la organización de situaciones colectivas del juego.</b></li> </ul>	
--	--	--	--

### Integración Curricular

Actividades y procesos de articulación con otras áreas o proyectos de enseñanza obligatoria:  
**Aprovechamiento del tiempo libre.**

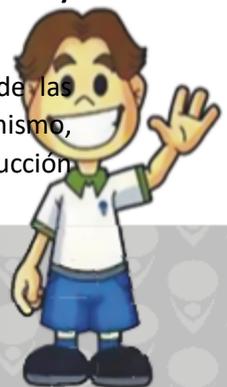
La integración curricular desde los proyectos de enseñanza obligatoria se constituye en una oportunidad en la formación de los estudiantes, ya que permiten la articulación de contenidos, actividades y procesos por medio de los cuales se potencialicen las dimensiones del ser humano desde los intereses 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.

#### 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.

- **Metodología y Estrategias Pedagógicas**

La Institución Educativa Joaquín Vallejo Arbeláez ha concebido la formación de sus estudiantes desde el modelo

pedagógico Cognitivo - Social con un enfoque constructivista. Respecto a la enseñanza de la filosofía, la perspectiva epistemológica de Jean Piaget nos remite a la importancia de la construcción colectiva de los conceptos, el conocimiento es visto como una construcción tentativa de los seres humanos, realizada sobre la base de lo que ya conocen.

Dicho esto, y aceptando las múltiples formas en que se da el aprendizaje, el constructivismo lo visualiza como una construcción activa realizada por el estudiante, aún cuando se apliquen metodologías tradicionales. Lo que el enfoque constructivista permite es comprender las dificultades de los alumnos para aprender y proporciona una guía para desarrollar estrategias de enseñanza y aprendizaje más eficientes, aplicando una pedagogía cuyo protagonista central es el alumno. El protagonista es el estudiante, sus intereses, sus habilidades para aprender y sus necesidades en un sentido amplio. De esta forma, la enseñanza de la filosofía desde esta perspectiva apunta a que el estudiante comprenda no sólo los conceptos filosóficos involucrados, sino en qué manera ese conocimiento es significativo para su vida y para la de sus semejantes, haciendo posible el aumento del potencial humano y, por ende, su creatividad.

De acuerdo a lo anterior, la metodología de enseñanza de la .... se basa en:

El análisis de los conocimientos previos que posee el estudiante, la idea es que los conocimientos previos se unan a los nuevos proporcionados por el docente, los demás compañeros y los referentes teóricos, originando aprendizajes significativos. (Ejemplo)



Competencias ciudadanas: para fortalecer el desarrollo de las competencias ciudadanas se plantea utilizar una metodología de conversatorio, donde se privilegian todas aquellas habilidades necesarias para establecer un diálogo constructivo con las otras personas. Por ejemplo, la capacidad para escuchar atentamente los argumentos ajenos y para comprenderlos, a pesar de no compartirlos. O la capacidad para poder expresar asertivamente, es decir, con claridad, firmeza y sin agresión, los propios puntos de vista.

### Implementación de Educación Inclusiva

La educación que se brinda en la institución es inclusiva en el sentido de que no separa los grupos poblacionales, sino que en el aula de clase regular se aplican los principios del diseño universal para elaborar materiales y recursos didácticos adaptados y matizados para las estudiantes que ostenten alguna necesidad educativa especial, incluso, aquellas estudiantes que pertenecen a distintos grupos poblacionales.

Especificar el diseño, seguimiento y evaluación del proceso de atención a las estudiantes con necesidades educativas especiales

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 cohesiona 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 presentamos 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 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 docente de apoyo UAI, 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.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.



## Recursos

Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:

- Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes.
- Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.
- Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización.
- Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas verdes.
- Reproductor de sonido y video. Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias:
  - Conciencia y actividad.
  - Sistematización.
  - Aumento gradual de las exigencias.
  - Atención individual y colectiva.
  - Fomento de la creatividad.
  - Socialización.
  - Conciencia ecológica y social



### Referencias Bibliográficas

Style and Grammar Guidelines. (s. f.). [https://Apastyle.Apa.Org](https://apastyle.Apa.Org). Recuperado 12 de agosto de 2020, de <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines>

El Plan de Área de Educación Física, Recreación Recuperado el 14 de diciembre de 2020, de Deportes [https://manuelj.gnomio.com/pluginfile.php/173/mod\\_folder/content/0/11\\_Educacion\\_fisica.pdf?forcedownload=1](https://manuelj.gnomio.com/pluginfile.php/173/mod_folder/content/0/11_Educacion_fisica.pdf?forcedownload=1)

Guía resumen del Manual de Publicaciones con Normas APA SÉPTIMA EDICIÓN 2020 | [WWW.NORMASAPA.PRO](http://WWW.NORMASAPA.PRO)

