



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

## PLAN DE AREA DE EDUCACION FISICA

JOSÉ ALEJANDRO MENDOZA

INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
RIONEGRO  
2025

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

## PRESENTACIÓN

El área de Educación Física se entiende como una práctica social integral que busca el desarrollo armónico y completo del ser humano en todas sus dimensiones. Esta perspectiva reconoce al individuo como un ser íntegro, cuyo crecimiento debe abordarse de manera holística, favoreciendo el equilibrio entre sus capacidades físicas, intelectuales, emocionales y socioculturales. En este contexto, el Ministerio de Educación Colombiano considera la educación física como un área fundamental y proyecto transversal dentro del currículo educativo. Así, su concepción no solo tiene un enfoque formativo, sino también integrador, y se convierte en un elemento esencial para el desarrollo integral de la persona, ya que acompaña y favorece su formación desde las primeras etapas de la vida hasta la culminación del proceso educativo, contribuyendo a la construcción de un ser humano saludable, ético y plenamente capacitado.

El presente documento tiene como objetivo presentar de manera organizada y estructurada los contenidos, objetivos, métodos y estrategias de enseñanza para el área de Educación Física, abarcando los diferentes ciclos escolares. Su finalidad es orientar el proceso de enseñanza-aprendizaje de forma coherente y efectiva, garantizando que se aborden los aspectos clave de la disciplina y se alcancen los aprendizajes esperados.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

## 1. JUSTIFICACIÓN.

En el último tiempo, las sociedades han sido convocadas a asumir un compromiso integral que impulse el avance en todas las dimensiones que componen la vida humana, desde lo social hasta lo económico, emocional, biológico, cultural y educativo, Este compromiso es clave para lograr un desarrollo armónico y sostenible, y para que dicho objetivo se convierta en una realidad palpable, resulta esencial mejorar la calidad de los procesos educativos que se brindan a los niños, ya que la educación es la base sobre la que se construyen las futuras generaciones y se forman personas que puedan responder a las necesidades y particularidades de una sociedad cada vez más cambiante. (plan curricular reseña).

Es por ello que la Educación Física se establece como un área fundamental y obligatoria según los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional para la educación. Esta disciplina ha cobrado una gran relevancia, ya que juega un papel fundamental en la educación y formación integral del ser humano, debido a que su implementación desde edades tempranas resulta crucial para el desarrollo de habilidades motoras, cognitivas y afectivas en los niños, las cuales son esenciales para su desarrollo integral. Además, contribuye a la construcción de su proyecto de vida, favoreciendo no solo su bienestar físico, sino también su capacidad para interactuar socialmente, gestionar emociones y enfrentar los retos de la vida cotidiana. Al integrar la actividad física en el currículo escolar, se promueve un aprendizaje activo y saludable que refuerza la autoestima, la disciplina y el trabajo en equipo, cualidades que son clave para el crecimiento personal y académico.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

Para lograr una educación verdaderamente integral, en la que se promueva el desarrollo pleno de los individuos, es esencial reconocer que cuerpo y mente conforman una unidad indivisible. Esta comprensión debe ser un pilar fundamental en cualquier sistema educativo, ya que ambas dimensiones, la física y la cognitiva, se enriquecen mutuamente en el proceso de formación. En este sentido, la educación física no debe ocupar un lugar subordinado dentro del currículo, como una disciplina secundaria frente a las materias intelectuales, sino que debe estar al mismo nivel, en una relación de paridad con ellas. La educación física, lejos de ser un complemento, es un factor esencial que contribuye al desarrollo cognitivo, emocional y social de los estudiantes, al igual que las disciplinas académicas tradicionales. Cuando ambas dimensiones se abordan de manera conjunta y equilibrada, los logros alcanzados en el ámbito académico se ven potenciados por un bienestar físico y mental más completo, permitiendo a los estudiantes enfrentar desafíos cada vez más complejos tanto en el ámbito educativo como en la vida cotidiana. Esta visión integrada es clave para formar individuos saludables, equilibrados y capaces de desarrollar su máximo potencial.

## **2. OBJETIVOS GENERALES PARA BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA**

### **Básica primaria:**

- Desarrollar la percepción corporal y la conciencia de su propio cuerpo a través de actividades que fomenten el reconocimiento de sus capacidades y limitaciones físicas, promoviendo una mejor integración de la motricidad con el entorno y favoreciendo una relación positiva con su imagen corporal.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

- Desarrollar las habilidades perceptivo-motrices de los estudiantes, a través de la práctica de los patrones y formas básicas de movimiento, favoreciendo la coordinación, el equilibrio y la conciencia corporal, para que logren una mayor precisión y fluidez en sus acciones motoras en diversas situaciones físicas.
- Fomentar la exploración de experiencias que favorezcan la relación entre el cuerpo, el entorno y el manejo de objetos en diferentes situaciones motrices, permitiendo a los estudiantes desarrollar su capacidad de adaptación, coordinación y creatividad al interactuar con su espacio y los elementos a su disposición.
- Fomentar la construcción de experiencias motrices de acción propia y en interacción con los demás, mediante actividades físicas, recreativas y deportivas que fomenten la autonomía y el trabajo en equipo, ayudando a los estudiantes a desarrollar habilidades sociales y emocionales mientras exploran sus capacidades individuales y colectivas.
- Estimular la participación en actividades dinámicas que promuevan el desarrollo de habilidades y destrezas motrices, favoreciendo el crecimiento físico y el desarrollo corporal de los estudiantes.
- Fortalecer a través de la práctica de actividades lúdicas y de expresión corporal, el desarrollo de las habilidades propioceptivas, el mejoramiento de la estructuración del tiempo y el espacio, y ajuste de su corporalidad de manera creativa y dinámica.
- Favorecer el desarrollo inicial de las capacidades coordinativas y condicionales de los estudiantes, relacionándolas con diversas prácticas y habilidades corporales, al mismo tiempo que se promueve el cuidado del cuerpo y la exploración de actividades físicas que contribuyan a la mejora de la salud y el bienestar general.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

### **Básica secundaria:**

- Facilitar el reconocimiento de las transformaciones corporales y las adaptaciones motrices necesarias en la interacción con otros, los objetos y el entorno, promoviendo la adecuación de métodos y procedimientos que favorezcan el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices, adaptándolos a la diversidad de prácticas corporales y situaciones motrices.
- Fomentar la experimentación de técnicas de expresión corporal y ritmo, relacionadas con las adaptaciones al espacio, tiempo y objetos, a través de variaciones de secuencias y composiciones de movimiento, que reflejen prácticas culturales diversas, promoviendo la creatividad, la conciencia corporal y la apreciación de las manifestaciones culturales a través del movimiento.
- Reconocer y ejecutar diversas metodologías y métodos para el desarrollo de las capacidades físicas, relacionándolos con el seguimiento y valoración del estado de salud, promoviendo la prevención de riesgos derivados de la inactividad y conductas sedentarias, y favoreciendo la adopción de hábitos que contribuyan a mantener un estado de salud adecuado.
- Desarrollar las prácticas lúdicas y deportivas de forma más estructuradas, que favorezcan la fundamentación y cualificación de funciones corporal y técnicas motrices, promoviendo el desarrollo de una mayor conciencia y control del cuerpo en diversas situaciones.
- Propiciar la organización de actividades lúdicas y torneos deportivos que actúen como mediadores en los procesos de reconocimiento y afianzamiento de técnicas motrices, promoviendo el desarrollo de habilidades de liderazgo, trabajo en equipo y resolución de problemas, a través de la aplicación de estas

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

competencias en situaciones reales dentro de los contextos sociales y deportivos.

### **Media:**

- Comprender y valorar los efectos de la práctica físico-motriz sobre la promoción de la salud y la autoestima, adoptando una actitud crítica y consecuente sobre el conocimiento y tratamiento del cuerpo.
- Utilizar las capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de la vida diaria.
- Realizar actividades físicas, deportivas y recreativas en el medio natural de forma creativa y responsable, conociendo el valor del medio ambiente y la importancia de contribuir a su protección y mejora.
- Desarrollar habilidades sociales y procesos dirigidos a la regulación y respuesta emocional del estudiante, dentro de situaciones derivadas de la práctica de actividad física, recreativa y deportiva, provocando relaciones constructivas e inclusivas dentro del contexto educativo y social.
- Reconocer las diferentes manifestaciones de la cultura motriz y de las expresiones artísticas como eje fundamental del desarrollo y preservación de la identidad personal y social.

### **3. MARCO LEGAL**

La Ley General de Educación, a través de diversos decretos, directivas ministeriales y acuerdos, establece los criterios fundamentales que respaldan la planificación y

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

ejecución de la Educación Física en los procesos formativos de los estudiantes. Estos no solo abordan la dimensión del cuerpo y el movimiento, sino que también incluyen aspectos esenciales del ser humano, tales como su desarrollo social, intelectual, creativo, político, afectivo, moral y lúdico. De este modo, la Educación Física se convierte en una herramienta clave para fomentar el desarrollo integral de los estudiantes, ayudándolos a convertirse en mejores individuos y ciudadanos. lo que, a su vez, contribuye al bienestar de la sociedad.

El ministerio de educación nacional (2000) a través del documento Lineamientos Curriculares de Educación Física, propone una serie de propósitos formativos que parten de la idea de que esta disciplina es esencial para el desarrollo integral de niños, jóvenes y adolescentes. Además de favorecer el desarrollo motriz de los estudiantes, el área promueve y refuerza competencias sociales que, desde la escuela, contribuyen a generar cambios en diferentes aspectos de la vida. Esto se logra al reconocer el cuerpo a través de la interacción con los demás, incentivando el movimiento de manera intencionada, creativa y espontánea. Mediante estas prácticas, se facilita el descubrimiento de la corporalidad, integrando experiencias diversas y entendiendo el cuerpo como una herramienta que posibilita la cultura y la conexión con el entorno. Dichos propósitos son:

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

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

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

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

disciplinares, éticas, políticas pedagógicas y consolidar las comunidades académicas del área.

Así mismo y basado en las principales metas de formación planteadas en el *Documento de Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte* del Ministerio de Educación Nacional (2010), se definen cinco propósitos generales para la EFRD, los cuales sirven como guía para la construcción curricular y pueden ser implementados de manera articulada con las propuestas específicas de cada institución educativa.

1. Contribuir a la formación de una cultura de paz y convivencia ciudadana.
2. Propender por el desarrollo de una EFRD incluyente y diversa.
3. Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente.
4. Promover el cultivo personal desde la realidad del ser humano.
5. Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad

Lo mencionado previamente está estrechamente vinculado con lo dispuesto en la Ley General de Educación de 1994, la cual, en varios de sus artículos, establece enunciados que definen los objetivos generales en los diferentes niveles educativos, los cuales están directamente relacionados con el área de Educación Física, Recreación y Deporte.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

ARTICULO 14. Señala que las instituciones educativas deben cumplir con los siguientes fines:

- b) El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el Gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo;
- c) La enseñanza de la protección del ambiente, la ecología y la preservación de los recursos naturales, de conformidad con lo establecido en el artículo 67 de la Constitución Política; d) La educación para la justicia, la paz, la democracia, la solidaridad, la confraternidad, el cooperativismo y, en general, la formación en los valores humanos, y e) La educación sexual, impartida en cada caso de acuerdo con las necesidades psíquicas, físicas y afectivas de los educandos según su edad.

Por otro lado, los artículos 16, 20, 22 y 30 establecen objetivos específicos para todos los niveles educativos, los cuales están estrechamente relacionados con el desarrollo del área de educación física en las instituciones educativas. A continuación, se detallan dichos objetivos:

- **Educación preescolar:**

- a) El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía.
- b) El crecimiento armónico y equilibrado del niño, de tal manera que facilite la motricidad, el aprestamiento y la motivación para la lecto-escritura y para las soluciones de problemas que impliquen relaciones y operaciones matemáticas.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

- c) El desarrollo de la creatividad, las habilidades y destrezas propias de la edad, como también de su capacidad de aprendizaje.
  - d) La ubicación espacio-temporal y el ejercicio de la memoria.
  - e) El desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación, de acuerdo con normas de respeto, solidaridad y convivencia.
  - f) La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos.
  - g) El estímulo a la curiosidad para observar y explorar el medio natural, familiar y social.
- **Educación primaria:**
    - h) La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente.
    - i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.
    - j) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.
    - k) El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana; l) La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura.
  - **Educación básica:**
    - k) La apreciación artística, la comprensión estética, la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística y el conocimiento, valoración y respeto por los bienes artísticos y culturales.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

- m) La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.
- ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

- **Educación media:**

- a) La profundización en un campo del conocimiento o en una actividad específica de acuerdo con los intereses y capacidades del educando.
- d) El desarrollo de la capacidad para profundizar en un campo del conocimiento de acuerdo con las potencialidades e intereses.
- e) La vinculación a programas de desarrollo y organización social y comunitaria, orientados a dar solución a los problemas sociales de su entorno.

#### **4. MARCO TEÓRICO**

##### **Concepto de la educación física.**

En el ámbito del desarrollo del conocimiento, la educación física experimenta transformaciones tanto en sus concepciones como en sus prácticas. Se puede afirmar que a lo largo de la historia este campo atraviesa una verdadera expansión de perspectivas, impulsadas por el reconocimiento de su relevancia o por el deseo de consolidar su carácter académico y disciplinar, así como su creciente rol en la formación integral del estudiante en diferentes contextos. La interacción de la educación física con diversos aspectos de la vida humana hace de sus perspectivas un proceso complejo y diverso ya que se apoya de diversas disciplinas para hacer su construcción teórica.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

La interacción de la educación física con múltiples aspectos de la vida humana convierte sus perspectivas en un proceso altamente complejo y diverso. Esta disciplina se nutre de diversas áreas del conocimiento, como la biología, la psicología, la sociología, la pedagogía y la medicina, lo que enriquece su construcción teórica y práctica. Al integrar enfoques y metodologías de estas disciplinas, la educación física no solo se limita a la enseñanza de habilidades motrices, sino que también aborda dimensiones cognitivas, emocionales y sociales, contribuyendo al desarrollo integral de los individuos. Así, las perspectivas en educación física se configuran como un campo dinámico y en constante evolución, adaptándose a los avances científicos y a las necesidades cambiantes de la sociedad.

En dicho contexto (Murillo, SF) afirma que “la educación física estudia y utiliza la acción corporal para contribuir a la formación del ser humano, considerado como un ser integral que se forma en procesos motores, emocionales, cognitivos, que conforman la personalidad y las condiciones de interacción social” En esta perspectiva, pone un énfasis especial en la formación integral del ser humano, entendida no solo como el desarrollo de habilidades cognitivas y físicas, sino también como la construcción de una identidad equilibrada y la adquisición de valores que faciliten una sana convivencia.

Asimismo, (José Antonio Cecchini, 1996) concibe la educación física como la "educación del ser humano que dialoga, se comunica y se compromete físicamente con el mundo", entendiendo este diálogo o comunicación motriz desde una perspectiva ontológica. Según (Cecchini,1996), la motricidad humana trasciende cualquier visión educativa fragmentada, proponiendo una educación integral del ser humano que se organiza a partir de la dialógica motriz.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

(Francisco Lagardera, 1999): “Mediante este nombre se conoce la disciplina normativa que, formando parte de las ciencias de la educación, se ocupa de llevar a cabo determinado proyecto educativo a través de contenidos (actividades y saberes) y estrategias metodológicas específicas, que tiene en la corporalidad su referente óptico”. (Lagardera, 1999), de esta manera, la Educación Física en el ámbito educativo no solo busca promover el desarrollo físico de los estudiantes, sino que también propone las herramientas necesarias para que un individuo, en pleno uso de sus capacidades, pueda enriquecer y diversificar su identidad, cultura, conocimiento, emociones, entre otros aspectos a través de una variedad de actividades y enfoques.

Como podemos observar, el concepto de Educación Física no es estático, sino que evoluciona, se transforma y se concreta de diversas maneras, dependiendo de la perspectiva del autor que se consulte. Cada autor aporta su propia visión, influenciada por el contexto histórico, social y cultural en el que se encuentra, así como por sus enfoques teóricos y metodológicos.

La Educación Física propende por la formación integral de la persona, a través que, del desarrollo de la corporeidad, la motricidad y la lúdica. Estas dimensiones son resignificadas dentro de esta disciplina como los fundamentos conceptuales esenciales para su estructura y aplicación, dándole y sentido y significado al área.

### **La corporeidad.**

(Jorge Gómez, 2007), concibe al ser humano como un ser corporal, en donde el cuerpo es fundamental en el proceso de adquisición de conocimiento. A través de él, los seres humanos comunican sus pensamientos, expresan sus emociones,



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

establecen relaciones, descubren el mundo y se descubren a sí mismos, aprendiendo tanto a ser como a hacer. En dicho contexto para el educador físico es esencial que los estudiantes puedan reconocer y comprender su cuerpo, ya que este redescubrimiento desempeña un papel clave en su desarrollo integral.

La corporeidad constituye una totalidad que se ve influenciada y se construye a partir de las experiencias corporales, las cuales están mediadas por factores socioculturales y se concretan en lo biológico. Para entenderla, es fundamental reconocer las interacciones entre lo biológico y lo simbólico (Gallo, 2007, 2010; Escribano, 2011). En este contexto, la exploración de la dimensión cultural del cuerpo nos lleva a comprender el “simbolismo de los cuerpos”. Este simbolismo se origina en la experiencia del individuo con su cuerpo y el entorno que lo rodea, permitiéndole distanciarse de lo externo y adentrarse en una visión más interiorizada de su cuerpo. Es mediante este proceso de interiorización y simbolización que podemos abordar el concepto de corporeidad (Planella, 2006).

### **Motricidad.**

Según lo señala (Gallo, 2013) la motricidad es asumida: como una práctica corporal, puesto que, de conformidad con la dimensión simbólica del cuerpo dichas prácticas corporales son, ante todo, simbologías corporales que nos hacen comunicar algo, son modos de decir del cuerpo, modos y formas de “uso” del propio cuerpo y se refieren a las disposiciones, disponibilidades y no disposiciones del propio cuerpo.

Según (Seybold, 1974) el ser humano posee una predisposición innata hacia el movimiento, lo que convierte a la educación física en una disciplina clave que aprovecha esta necesidad natural para diferenciarse de otras áreas del



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

conocimiento. La educación física utiliza el movimiento como herramienta principal, orientándolo hacia la forma, el rendimiento y, a su vez, cultivándolo para que se convierta en una expresión auténtica de la personalidad del individuo (Seybold, 1974). En línea con esta idea, (Ponce de León y Alonso Ruiz, 2009) sostienen que la educación motriz debe ser fundamental en el ámbito educativo, ya que el movimiento no solo es vital para el bienestar físico, sino también para el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños. Según (Latorre, 2007), el movimiento es una necesidad primaria en los niños, ya que les permite explorar su entorno, interactuar con los demás y desarrollar habilidades motoras esenciales. De esta forma, la educación motriz no solo satisface una necesidad fisiológica, sino que juega un papel crucial en la formación integral del niño, promoviendo su autonomía, confianza y capacidad para enfrentar los desafíos tanto dentro como fuera del ámbito escolar.

### **La lúdica.**

La lúdica según (Bolívar, 1996) se refiere a la necesidad del ser humano, de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias (reír, gritar, llorar, gozar) emociones orientadas hacia la entretención, la diversión y el esparcimiento. De igual forma (Jiménez, 2002) piensa que “La lúdica es más bien una condición, una predisposición del ser frente a la vida, frente a la cotidianidad. Es una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias con el juego con propósito. El sentido del humor, el arte y otra serie de actividades que se produce cuando interactuamos con otros, sin más recompensa que la gratitud que producen dichos eventos.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

De acuerdo con las ideas anteriores, la lúdica forma parte de la naturaleza humana y acompaña al ser a lo largo de toda su vida terrenal. Proporciona un disfrute innato que nos permite satisfacer necesidades de expresión, autoconocimiento, creatividad y aprendizaje, Además de, enriquecer nuestra existencia al facilitar la conexión entre las distintas dimensiones del desarrollo humano.

Es por ello que la educación física incorpora la lúdica y el juego como componentes fundamentales de su quehacer, ya que son herramientas que favorecen la participación activa, el disfrute y el aprendizaje a través de la interacción y la creatividad. Estos aspectos no solo enriquecen la experiencia educativa, sino que también fortalecen las bases epistemológicas que sustentan el área, otorgándole un enfoque multidimensional.

En el contexto escolar, la lúdica ha sido abordada de diversas maneras, que van desde su control y utilización de forma instrumental hasta su reconocimiento como una herramienta para generar cambios en la escuela y la sociedad, es por ello que la presencia del juego en la actividad pedagógica fortalece la concepción que se tiene sobre él, al comprender que un entorno más lúdico es enriquecedor, ya que genera alegría y entusiasmo frente a los desafíos y dificultades que presenta la vida en todos sus contextos.

### **Prácticas educativas del área.**

La educación física es su componente curricular abarca principalmente las áreas del deporte y la actividad física, con un enfoque educativo. Estos elementos deben vincularse con los fines de la educación, promoviendo el desarrollo y el aprendizaje para la vida. Aunque se pueden analizar por separado, la interacción de estas

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

prácticas en el currículo de la EFRD es lo que las hace inseparables, al estar constantemente integradas en las acciones pedagógicas. De este modo, el deporte y la actividad física contribuyen de manera continua a la educación en la escuela.

### **La actividad física.**

(Piggins, 2020) invita a cuestionar la concepción tradicional de la actividad física, la cual suele estar definida principalmente en términos de gasto energético y sus implicaciones biomecánicas, anatómicas y fisiológicas. Este autor propone que se consideren otros factores intrínsecos y permanentes en la actividad física, como la cognición, la cohesión social y la educación, lo que permitiría superar el enfoque limitado que asocia la actividad física exclusivamente con concepciones biológicas.

Por otra parte, Promover poblaciones activas es uno de los objetivos claves del Plan de Acción Mundial Sobre la Actividad Física 2018-2030, establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Este objetivo resalta la importancia de la educación física y su capacidad para ofrecer herramientas que fomenten la participación activa y la adopción de enfoques inclusivos dentro del ámbito escolar. De este modo la actividad física tiene un impacto directo en la educación, ya que promoción de esta contribuye al bienestar integral de los estudiantes, al entender que integrar actividades físicas en el currículo escolar no solo favorece el desarrollo físico de los jóvenes, sino que también mejora su rendimiento cognitivo, su salud emocional y su capacidad para socializar. Así, la educación juega un papel fundamental en inculcar hábitos saludables desde temprana edad, lo que puede reducir los riesgos asociados con la inactividad física y apoyar el logro de los Objetivos de desarrollo Sostenible.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

## **Deporte educativo.**

(Parlebas, 2001) afirma que el deporte, como fenómeno social y práctica, es considerado uno de los eventos más relevantes de la modernidad, atrayendo la atención de expertos y académicos de diferentes disciplinas. Se puede observar que el deporte es examinado desde diversas perspectivas, tales como: industria del entretenimiento, modelo económico o práctica cultural, y desde el ámbito educativo, como una actividad que puede ser enseñada con objetivos formativos.

Al profundizar en el tema, se puede concluir que el deporte, por sí mismo, sea inherentemente beneficioso para la salud. Esta reflexión nos lleva a la conclusión de que el deporte puede resultar tan perjudicial para la salud como el consumo del tabaco, dependiendo de cómo se utilice. El verdadero valor educativo del deporte surge únicamente cuando es abordado con un propósito claro por parte del profesor, entrenador o incluso el propio deportista. Este valor se materializa cuando el deporte se convierte en un medio y objeto de enseñanza, integrado de manera ordenada y metódica en un programa estructurado que deje a un lado el rendimiento y acoja como fundamento principal el desarrollo integral del individuo.

En base a lo anterior, (Velázquez, 1989) define el deporte educativo como “ un proceso intencional que tiene como objeto desarrollar las capacidades cognitivas, motrices de equilibrio personal, de relación interpersonal y de integración social de las personas, a través de actividades de distinto tipo y naturaleza relacionadas con el echo deportivo (espectáculo deportivo, practica deportiva, consumo de productos y servicios deportivos) con la finalidad de contribuir desde el campo del deporte a que puedan conducir sus vidas con autonomía y responsabilidad, disfrutando y



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

participando plenamente de su cultura deportiva y colaborando de forma activa y crítica en la conservación y desarrollo de dicha cultura”.

## **5. MARCO CONTEXTUAL.**

La institución educativa Baltazar Salazar está ubicada en la vereda Pontezuela corregimiento sur del municipio de Rionegro, a unos 11.2 km de cabecera municipal, o unos 15 km por la carretera actual. Limita al norte con la vereda de Cabeceras de Llano Grande, al sur con el municipio de la ceja, al este con la vereda el Capiro y al oeste con la vereda el Higuerón, las cuales en su conjunto proveen la mayoría de los estudiantes que son atendidos en la institución.

La institución alberga una población diversa que oscila entre 500 a 700 estudiantes, que incluyen niños, adolescentes y jóvenes, provenientes de distintos niveles socioeconómicos. Las estructuras familiares que acompañan a nuestros estudiantes son diversas y se clasifican en varios tipos: nucleares estables, monoparentales, recompuestas y disfuncionales, presentando cada uno de estos modelos familiares características particulares que influyen en el desarrollo y la formación de los estudiantes.

Muchos de nuestros estudiantes provienen de unidades económicas principalmente vinculadas a la producción agrícola, basadas en actividades manuales o estacionales, como la siembra y cosecha, así mismo la construcción de infraestructuras, la prestación de servicios y la cría de animales para la producción de alimentos, constituyen otros componentes

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

esenciales de la economía local. Aunque estas actividades suelen desarrollarse a pequeña escala, el comercio de productos de primera necesidad también forma parte importante de la estructura económica de la región. Esta diversidad de contextos socioeconómicos y laborales influyen directamente en las realidades cotidianas de los estudiantes, impactando tanto sus oportunidades como los desafíos que enfrentan en el ámbito educativo, en aspectos como el transporte, materiales de estudio, acceso a tecnologías informáticas entre otras.

Es importante destacar que la institución dispone de aulas múltiples y una placa polideportiva, diseñada específicamente para las actividades propias del área. No obstante, aunque este espacio al aire libre ofrece grandes ventajas, su uso se ve restringido debido a factores climáticos, tales como lluvias intensas, altas temperaturas o vientos fuertes, que pueden afectar tanto la seguridad de los estudiantes como su motivación para participar en las actividades. Estas condiciones meteorológicas no solo limitan la frecuencia de las prácticas, sino que también pueden tener un impacto negativo en la salud de los estudiantes, ya sea por el calor excesivo o por la exposición a condiciones adversas que pueden generar altos riesgos de lesión, Por lo tanto, es necesario considerar alternativas o soluciones que permitan optimizar el uso de este espacio, garantizando una experiencia segura y motivadora para los alumnos.

Cabe resaltar, que la institución cuenta con aulas múltiples y una placa polideportiva para las prácticas propias de área, sin embargo, esta última, al

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

ser un espacio al aire libre se limita su utilización por factores climáticos que tienen incidencias directas en aspectos motivacionales y de salud.

La oferta extrainstitucional para la práctica deportiva, recreativa y de actividad física es limitada tanto para los estudiantes como para la comunidad en general, una realidad común en las zonas rurales en comparación con las urbanas. Los habitantes del sector se ven en la necesidad de desplazarse a municipios cercanos como Rionegro y La Ceja para acceder a una mayor variedad de alternativas, lo que pone de manifiesto la falta de infraestructura adecuada en la localidad para el desarrollo de estas actividades. En este contexto, la institución educativa se posiciona como el principal espacio disponible no solo para los estudiantes, sino también para la comunidad en su conjunto, desempeñando un rol crucial en la promoción del deporte y la actividad física en la localidad.

### **Bibliografía.**

- Bonilla, C. B. (1997). *La cultura corporal de los adolescentes escolares*. USCO.
- Cecchini, J. A. (1996). Concepto de educación física. En V. García Hoz (Coord.), *Personalización de la educación física*. Rialp.
- Escribano, X. (2011). Fenomenología y antropología de la corporalidad en Bernhard Waldenfels. *Ética & Política / Ethics&Politics*, XIII, 1, España: Universidad de Catalunya.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

- Gallo, L. E. (2007). Cuatro hermenéuticas de la educación física en Colombia. En *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la educación física. Un campo en construcción*. Funámbulos Editores.
- Gallo, L. E. (2010). *Los discursos de la educación física contemporánea*. Editorial Kinesis.
- Gallo, L. E. (2013). Las prácticas corporales en la educación corporal. En D. R. Hurtado & N. Murcia (Coords.), *Motricidad: Escenarios de debate*. Editorial Kinesis.
- Gómez, J. (2007). *Educación física II, antología*. Capítulo 3: *Corporeidad y motricidad*. Secretaría de Educación Pública.
- Lagardera, F. (1999). *Educación física*. En *Diccionario de la actividad física y el deporte*. Paidotribo.
- Latorre, P. (2007). La motricidad en educación infantil, grado de desarrollo y compromiso docente. *Revista de educación física: renovar la teoría y práctica*.
- Ley 115 de 1994. *Ley general de educación* (1994, 8 de febrero). Congreso de la República. [https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906\\_archivo\\_pdf.p](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.p).
- Ministerio de Educación Nacional (MEN). (2000). *Lineamientos curriculares para la educación física, recreación y deporte*. Editorial Cooperativa del Magisterio.
- Ministerio de Educación Nacional, Universidad Pedagógica (MEN). (2019). *Orientaciones curriculares para la educación física, recreación y deportes en educación básica y media* (ISBN 978-958-785-380-3).
- Murillo, H. (s.f.). La danza como componente recreativo. *Kinesis. Ciencias del deporte, educación física y recreación*.

---

Educamos para la Transformación Social

Rionegro – Antioquia Vereda Pontezuela - Corregimiento Sur



INSTITUCIÓN EDUCATIVA BALTAZAR SALAZAR  
Aprobado por Resolución Departamental No.9498 del 03 de diciembre de 2001 y  
Resolución Municipal No.017 del 02 de febrero de 2010  
NIT: 811020153-6 DANE: 205615000397  
TEL. 444 42 47 - 3016185268

- Organización Mundial de la Salud (OMS) y Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2018). *Plan de acción mundial sobre la actividad física 2018-2030: Más personas activas para un mundo más sano*.  
<https://iris.paho.org/handle/10665.2/5090>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2018). *Actividad física*.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.
- Seybold, A. (1974). *Principios pedagógicos en la educación física*. Kapelusz.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad: Léxico de praxiología motriz*. Paidotribo.
- Piggins, J. (2020). What is physical activity? A holistic definition for teachers, researchers and policy makers. *Frontiers in Sports and Active Living*. <https://doi.org/10.3389/fspor.2020.00072>.
- Ponce de León, A.; Alonso Ruiz, R.A. y Valdemoros, M.Á. (2009). Métodos y estrategias de trabajo en educación infantil. En Ponce de León, A. (Coord.), *La educación motriz para niños de 0 a 6 años*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Planella, J. (2006). *Cuerpo, cultura y educación*. Desclée De Brouwer.
- Velázquez, (1989). *La educación física en la educación básica*. Gymnos.