	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 1 de 19

1. PLAN DE ÁREA: PLAN DE AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

2. GRADOS Y CICLO/NIVEL A QUE ESTA DIRIGIDO:

Grados: Transición, 1º, 2º, 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º, 9º, 10º y 11º. Los Ciclos: Ciclo de Básica Primaria y Ciclo de Básica Secundaria. Los Niveles: Nivel de preescolar, Nivel de Educación Básica y Nivel de Educación Media Académica

3. INTENSIDAD HORARIA:

2 (DOS) HORAS SEMANALES

4. IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA Y LA INSTITUCIÓN:

La Institución Educativa La Candelaria es un establecimiento de carácter oficial, se encuentra ubicada en calle 106 No 32 - 100, en el barrio Santo Domingo de la comuna 1 del Municipio de Medellín; perteneciente al núcleo educativo 914. Funciona con una sede central y una sede anexa: La Esperanza # 2.


La población estudiantil la conforman aproximadamente 1900 estudiantes, distribuidos en dos jornadas mañana y tarde, atendiendo los grados de preescolar a undécimo; incluido el grupo de caminando en secundaria.

Los estudiantes de esta Institución pertenecen a los estratos socioeconómicos 1, 2 y 3, caracterizados en su gran mayoría por estar en condiciones de vulnerabilidad en términos de desplazamientos, violencia, bajos recursos económicos, abandono, siendo la mayoría hijos de madres solteras y cabezas de hogar.

Estas situaciones de vida familiar y social repercuten en el ambiente escolar presentándose en ocasiones dificultades de índole variada como conflictos de convivencia, problemas de aprendizaje y deserción escolar. La institución está en capacidad de ofrecer diversas alternativas en la búsqueda de solución para estas dificultades.

La Educación Física intencionada en la búsqueda del bienestar individual y colectivo, implica una reflexión teórica y práctica desde referentes centrados en el desarrollo humano con una perspectiva orientada hacia la consecución de la formación del ser humano en su totalidad.

La Educación Física, entendida de esta manera, tiene la finalidad del perfeccionamiento de las facultades de movimiento de la persona; sin olvidar las mutuas dependencias entre los diversos factores de la conducta humana general, en aras de un equilibrio para el desarrollo personal, la educación física tiene como misión la formación de seres humanos motriz y socialmente competentes para la sociedad. Para ello debe apoyarse en las prácticas para el desarrollo de sus capacidades psicomotrices, socio motrices y físico motrices que le ayuden en la consecución de

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
		VERSIÓN: 01
	PLAN DE ÁREA	Página 2 de 19

tales fines. Igualmente la educación física procura alcanzar niveles de formación en cultura deportiva apoyando la realización de actividades para el descubrimiento de posibles talentos, así como líderes en la promoción de la cultura física y del mantenimiento y mejoramiento de la salud y la calidad de vida a través de la práctica de estilos de vida saludable.

La Educación física es un área que mejora la calidad de vida de los estudiantes y la adquisición de conceptos de tipo intelectual que se relacionan con las competencias interpretativas, argumentativas, propositivas y por supuesto con aprendizajes significativos de lectoescritura y matemáticas.

Es por esto que el proyecto que a continuación se presenta tiene como ejes centralizadores la formación integral del individuo a través del desarrollo de las diferentes temáticas que desde la educación física se posibilitan tales como: Los valores éticos, sociales y morales, que se desprenden desde las dimensiones deportiva, recreativa y de salud que están inmersas en la educación física.

Este plan también debe estar basado en una propuesta curricular que se caracteriza por ser ante todo humanizadora, es decir; que propendemos por el respeto de los procesos naturales y volitivos del estudiante, en tanto que desde el punto de vista social, facilita las relaciones entre los jóvenes y ayuda en el manejo de los conflictos personales y sociales, convirtiéndose en una herramienta de integración social y de paz.


Este plan de área responde a las exigencias legales, institucionales y de la comunidad Educativa. Es de anotar que este plan es de carácter flexible y se adapta a la realidad educativa de nuestro medio. La correlación y pertinencia entre sus componentes permite el desarrollo de los propósitos educativos y de los procesos del desarrollo humano de los estudiantes de la Institución.

Es importante también mencionar que esta propuesta está elaborada con base en las directrices curriculares emanadas del Ministerio de Educación Nacional a través de la ley 115 de 1994, el decreto 1860; en la resolución 2343 y en los lineamientos curriculares para el área de educación física.

5. CONTEXTO:

La institución educativa la candelaria ubicada en la comuna 1, del municipio de Medellín, cuenta con una población perteneciente a los estratos 1 y 2, presta sus servicios a los barrios Santo Domingo Savio, La Esperanza, La Avanzada, Carpinelo, Granizal, y en menor número al Popular y otros barrios aledaños; dichos barrios cuentan con servicios básicos de agua, energía, alcantarillado y recolección de residuos.

El estamento de padres de familia y acudientes que fungen como representantes del proceso formativo de los estudiantes de la Institución Educativa la Candelaria, está compuesto en su mayoría por madres amas de casa y trabajadoras cabeza de hogar, personas miembros de la familia o cercanas a esta en rol de cuidadores, y en un porcentaje menor el padre. Generalmente el acudiente tiene una vida laboral fuera del hogar con horarios extensos que dificultan el proceso de crianza y acompañamiento efectivo de sus hijos y/o acudidos. Los padres de familia presentes, se caracterizan por su condición de proveedores de sus necesidades básicas, con un

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 3 de 19

papel menos activo en el proceso de acompañamiento de sus hijos, se evidencia poca articulación entre los miembros de la familia para establecer y mantener la norma, la cual se ejerce a través del estilo relacional imperante que es el autoritarismo, donde la agresión física y/o verbal se convierte en la manera de resolver las diferencias o problemas en el hogar.


Los estudiantes son los directamente afectados con las situaciones referidas anteriormente, están creciendo dentro de un contexto familiar y social en crisis, donde se evidencia ausencia en la coherencia de los modelos a seguir, el acompañamiento es poco efectivo y constante según las necesidades derivadas del desarrollo de los niños y jóvenes, puesto que carecen de la figura afectiva y representativa que guíe su proceso de formación. Como consecuencia, se perciben estudiantes que les cuesta adherirse a la norma, donde el diálogo y el respeto están ausentes y en el que los problemas o las diferencias no se toleran y se resuelven por medio de la agresión física y/o verbal. Otra consecuencia de la falta de un adecuado acompañamiento es que la familia dejó de ser un factor protector frente a problemáticas sociales tales como el consumo de SPA y la vulnerabilidad emocional, la cual trae consigo un incremento en la ideación suicida y la práctica del cutting.

En cuanto al nivel de responsabilidad y compromiso de los estudiantes con los procesos académicos y pedagógicos, se ven afectados por la falta de claridad en las metas y en las estrategias para alcanzarlas; el estilo motivacional se configura en una actitud de acomodamiento, de procrastinación y con un bajo nivel de autoexigencia. Se percibe disposición de los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje en el aula; sin embargo prevalece el canal visual y kinestésico, y en su mayoría requieren de estrategias diversas con respecto a la presentación, la representación, el tiempo y reforzadores motivacionales para el desarrollo de las competencias esperadas para el grado escolar.

Dentro de la población en situación de vulnerabilidad se encuentran los estudiantes con diagnóstico de discapacidad; que en el año 2019 comprende en la IE la discapacidad intelectual, síndrome de Down, discapacidad motora, psicosocial y trastornos de espectro autista. También se encuentran los niños y jóvenes desplazados, en situación de abandono, ausencia y responsabilidad de progenitores; así como emigrantes de Venezuela, en extra edad, población LGBTI, y desnutrición. Situaciones que incrementan el riesgo y la dificultad para incorporarse a los procesos desarrollados y acceder a estos en las mejores condiciones de bienestar.

6. ESTADO DEL ÁREA:

Teniendo en cuenta la observación, el análisis y el diálogo de los orientadores del área en la institución se concluye que hay aspectos que inciden en el desarrollo de la educación física, la recreación y el deporte:


	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 4 de 19

- La disposición de las directivas por ubicar el área entre las importantes dentro del plan de estudios.
- El apoyo constante que brindan las directivas a los profesores del área
- El buen desarrollo motriz que han venido teniendo los niños y jóvenes a partir de la Educación Física.
- La incidencia que ha tenido el trabajo de la Educación Física en los niños y jóvenes en la adquisición de otros aprendizajes.
- La disposición de los estudiantes para las actividades y experiencias vividas en las clases
- El profesionalismo de los docentes del área
- Los escenarios para la práctica de la educación física son insuficientes e inadecuados debido a la gran población estudiantil, lo cual hace que los docentes se vean en la obligación de buscar espacios, así como modificar las planeaciones establecidas y los horarios.
- Se evidencia un bajo nivel de peso y talla de los estudiantes debido a los hábitos inadecuados de alimentación.
- Dificultades en el desarrollo del esquema corporal, el ajuste postural, la lateralidad y la direccionalidad en los estudiantes de la básica primaria.
- Grandes limitaciones en coordinación viso-motriz, la coordinación dinámica general en la mayoría de los estudiantes en todos los grados.
- El poco compromiso de los estudiantes de básica secundaria con la conceptualización teórica, manifiestan mayor interés por la práctica.
- La falta de materiales deportivos, los que existen son insuficientes debido a la población
- La poca bibliografía específica del área.
- El mejoramiento de nivel de conocimiento específico de los estudiantes.

7. MARCO CONCEPTUAL:

La Educación Física es una forma de concreción cultural de la pedagogía de la motricidad, cuyos programas, intenciones y contenidos han variado considerablemente. Por ello, el plan de área de educación física, recreación y deportes, debe mantener un equilibrio entre la naturaleza de la Educación Física, de corte epistemológico, y la demanda social, concretada en intenciones pedagógicas.

Podemos decir que el objeto de la Educación Física es la conducta motriz de la persona en un contexto educativo de transformación de manera que la intervención para la transformación educativa integre todos aquellos aspectos que enriquezcan la motricidad y permitan acceder a su significación. A través del movimiento, el ser humano desarrolla todas sus dimensiones; por medio de él conoce realidades y abstracciones, percibe y siente, se comunica, participa y se integra en los demás, al mismo tiempo que desarrolla sus capacidades físicas y motrices. En consecuencia, la acción educativa de esta área debe considerar todos los elementos que participan en la conducta motriz: perceptivos, expresivos, comunicativos, cognitivos, afectivos y de ejecución.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 5 de 19

El área de Educación Física debe asegurar la adquisición de aprendizajes y el desarrollo de aquellas capacidades que perfeccionen y aumenten las posibilidades de movimiento de los estudiantes, mejoren su nivel de habilidad motriz, faciliten el conocimiento y comprensión de la conducta motriz como organización funcional y significativa del comportamiento humano, y permitan asumir valores, actitudes y normas en relación con el cuerpo y con el movimiento. Ello debe servir para mejorar las posibilidades de acción y de reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de los aspectos motrices de la actividad humana.

La diversidad de pensamiento del profesorado ha de asegurarse en el currículo mediante la integración de enfoques; este hecho supone el reconocimiento de funciones y principios, en los cuales pueden verse representados los docentes.

La Educación Física puede cumplir diversas funciones en el currículo. Entre ellas, podemos resaltar las siguientes:

– Función de conocimiento.

En cuanto que la conducta motriz es un instrumento del conocimiento, para conocerse a sí mismo, para explorar y estructurar el entorno, y para conocer los fenómenos propios de la actividad física o de los relacionados con ella.

– Función anatómico-funcional.

En la medida en que, mediante el movimiento, se mejoran e incrementan las estructuras anatómicas y la capacidad motriz de la persona.

– Función higiénica.

En cuanto que la actividad física favorece la conservación y mejora de la salud y del estado físico, así como la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones.

– Función estética y expresiva.

En la medida que propicia las manifestaciones creativas basadas en la expresión y en el significado del comportamiento motor.

– Función agonística.

En cuanto que la persona puede mejorar y demostrar su destreza, competir y superar dificultades a través de las actividades físicas, lúdicas y deportivas.

– Función catártica y hedonística.

En cuanto que la persona, mediante el ejercicio físico, se libera de tensiones, restablece su equilibrio psíquico y disfruta de su corporalidad.

– Función educativa.

En tanto que la educación física asume promover determinados valores educativos a través de la acción motriz y de las experiencias corporales.


– Función de comunicación.

En tanto que la persona utiliza su cuerpo y su motricidad para relacionarse con otras personas.

– Función de compensación.

En cuanto que el movimiento compensa las restricciones del medio y el hábito sedentario de la sociedad actual.

Pero estas funciones han de plantearse desde unos principios que las adecuen a nuestros intereses pedagógicos.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
		VERSIÓN: 01
	PLAN DE ÁREA	Página 6 de 19

La Educación Física se desarrolla según unos principios que describen las directrices y límites pedagógicos del área. He aquí los principios:

– Principio del juego.

El currículo preservará y fomentará el espíritu lúdico, independientemente de la organización de las actividades.

– Principio de la salud.

El currículo propiciará el correcto desarrollo de los órganos y sistemas y su disposición estructural y funcional. Igualmente, atenderá a la creación de hábitos higiénicos relacionados con la actividad física y los cuales canalizará hacia otras dimensiones de la salud encaminadas a la mejora de la calidad de vida.


– Principio del desarrollo psicosocial.

El currículo atenderá, de forma equilibrada, tanto a actividades lúdico-deportivas de carácter psicomotor como Sociomotor, con el fin de asegurar una oferta más enriquecedora para el alumnado.

Las funciones y los principios anteriormente enunciados constituyen los motores del currículo del área. Es un hecho que las distintas orientaciones que han confluído y confluyen en el área muestran distintos enfoques:

1. Deportivo, orientado hacia la iniciación y práctica de determinadas actividades. Estas prácticas han de identificarse con estructuras participativas e integradoras que sean compatibles con las intenciones educativas del currículo.
2. De acondicionamiento físico, orientado al desarrollo de las capacidades anatómico-funcionales.
3. Psicomotor y de expresión corporal, que abordan el movimiento como una actividad del organismo en su totalidad y como medio para desarrollar capacidades de distintos ámbitos, no siempre con significación exclusivamente motriz.
4. Recreativo, orientando las actividades a un uso lúdico y de organización de hábitos de tiempo libre.
5. Gimnástico, orientando las actividades a la formación armónica del cuerpo, con fuertes componentes estéticos e higiénicos.
6. Sociomotor, basado en la práctica de actividades lúdico-deportivas donde la interacción motriz sea una constante, tomando como referencia los diversos elementos que conforman la estructura funcional de estas actividades.
7. Salud, basado en promover la adquisición de conocimientos y hábitos de práctica saludables que permitan a la persona hacerse responsable de su calidad de vida.

Cada uno de estos enfoques debe enriquecer el plan y evitar que constituyan tratamientos sectoriales del área. La Educación Física, pues, reconocerá la multiplicidad

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 7 de 19

de principios y funciones, por lo que debe recoger todo un conjunto de prácticas destinadas a la consecución de los objetivos de etapa y al desarrollo de las capacidades motrices de los escolares.


Una parte muy significativa de esta cultura la constituyen los juegos y deportes, y los bailes tradicionales; estas manifestaciones se integran en el plan con el doble papel de ser prácticas motrices y actividades culturales. La naturaleza de estas prácticas lúdicas permite el aprendizaje del medio social y cultural en el que se enmarquen los centros escolares, a la vez que también desarrolla habilidades motrices muy diversas, lo que supone un contenido con entidad propia.

Los intereses del alumnado van diferenciándose y definiéndose a lo largo de la etapa, con lo que las actividades deberán considerarlos a partir de éstos, favoreciendo así el desarrollo de su personalidad, independientemente de su disposición y capacidad física, en consecuencia, diferenciar entre una parte común, que incluirá los aspectos funcionales de las capacidades de las personas desde una perspectiva de salud, de hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva orientada hacia la inserción social y el empleo constructivo del tiempo libre, y otra parte centrada en opciones personales enfocadas a determinadas habilidades (expresivas, deportivas, en el medio natural, etc.) con un planteamiento de prolongación hacia las actividades extraescolares.

La actividad física contribuye a moderar o eliminar ciertos hábitos nocivos cuya aparición coincide, a menudo, con estas edades; nos referimos al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas, pues a través de ella se adquiere mayor conciencia sobre los usos y cuidados del cuerpo, así como la relación entre el concepto de bienestar y salud.

La habilidad motriz adquiere significado al adaptarla al contexto externo en el que se desarrolla, y es por medio de las actividades, que son sus formas culturales, como se concreta y entiende. Precisamente, es la carga de significación la que conforma la situación motriz y, de este modo, el programa motor en el que se construye la habilidad supera lo biológico y da acceso a lo ideomotor y a la comunicación motriz. Alcanzado en la Educación Primaria el desarrollo de los patrones básicos de movimiento y un acondicionamiento genérico de las capacidades físicas, en la Enseñanza Secundaria Obligatoria se abordarán aprendizajes motrices más complejos y mejoras de las capacidades funcionales del organismo, dando a conocer el por qué y para qué de las diversas actividades físicas. Por consiguiente, si en la etapa anterior predominaban los aspectos perceptivos, en la Educación Secundaria Obligatoria se priorizan los contenidos de decisión y ejecución, propiciando que el alumnado sea capaz de seleccionar aquellas prácticas que más le interesen en función de sus capacidades y que adquiera una actitud reflexiva y crítica ante el mundo de la cultura física.

Un aspecto relevante que ha revolucionado la sociedad actual son las tecnologías de la información y la comunicación, por lo que la Educación Física debe considerar entre sus recursos el empleo de estos medios. Es importante destacar que tales medios tecnológicos no se justifican por sí mismos en el currículo del área, sino han de servir como vehículo de aprendizaje de los contenidos disciplinares. Se trata de conformar un alumnado adaptado a la evolución de nuestra sociedad, pero que a la vez sea dueño de

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
		VERSIÓN: 01
	PLAN DE ÁREA	Página 8 de 19

su creatividad y emplee los medios técnicos para la búsqueda de información y su elaboración, para la interacción por medio del contenido de la comunicación, más que una reproducción de datos o las formas estéticas de su presentación.


El estudiante es capaz de participar en su enseñanza y de asumir responsabilidades de organización en la práctica. También, los educandos poseen el criterio suficiente para seleccionar sus actividades. La enseñanza en esta etapa debe caracterizarse por ser progresivamente autónoma, resultando en la Educación Física más factible que en otras áreas, porque existen muchos logros al alcance del alumnado, pudiendo conseguir esa autonomía con diferentes propuestas (actividades de baja complejidad motriz e intensidad del esfuerzo, tareas en grupos reducidos, programas individuales creados por el propio alumno, propuestas de juegos y sus modificaciones, propuestas de pequeñas coreografías, etc.). Estas intenciones educativas ya mencionadas configuran una metodología activa y participativa, pues le permite al escolar adquirir responsabilidades en su aprendizaje e integrarse en el proceso de enseñanza.

Finalmente, se establecen unos criterios de evaluación que suponen una formulación evaluable de las capacidades expresadas en los objetivos, asociadas a los contenidos fundamentales del área. Estas formulaciones adoptan un carácter flexible que el profesorado adaptará a las características socioculturales del entorno del centro educativo y a la diversidad de sus alumnos y alumnas. Como principios de evaluación se asume la individualización, el carácter formativo, la evaluación compartida, y de seguimiento y mejora del programa; en el primer caso, por respetar la diversidad de capacidades físicas y motrices que, muchas veces, obedecen a razones familiares y sociales, así como el progreso personal y singular de cada escolar; en el segundo caso, porque la evaluación actúa como flujo de información del proceso de enseñanza y aprendizaje entre el profesor y el alumnado, de manera continua y aportando indicios y juicios, lo que en las prácticas de Educación Física se ve acentuado por disponer de evidencias motrices que pueden ser interpretadas mediante la observación; en el tercer caso, por asumirse la autoevaluación del alumno, del profesor, y de los alumnos sobre el profesor; en el cuarto caso, por servir como diagnóstico del conjunto del programa.

Todo lo anteriormente mencionado está basado con lo dispuesto en la ley 115, en resolución 2343 de 1996 se plantean indicadores de logros curriculares por conjuntos de grados para los distintos niveles de la educación formal que aquí mencionaremos.

Para los grados primero, segundo y tercero:

- Establece relaciones dinámicas entre su movimiento corporal y el uso de implementos; coordina sus movimientos de acuerdo con diferentes ritmos y posiciones.
- Realiza actividades motrices en tiempos distintos y diversos espacios, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar, en diferentes direcciones, niveles y ritmos.
- Realiza movimientos a partir de instrucciones y demostraciones, como expresión de actividades imaginativas o por su propia necesidad de expresión lúdica.
- Desarrolla de manera creativa actividades lúdicas en grupo, asume roles y responsabilidades en las prácticas recreativas.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 9 de 19


- Práctica libremente ejercicios rítmicos con o sin implementos, dentro y fuera de la institución escolar.
- Acepta y aplica normas en la práctica de los juegos predeportivos.
- Combina ejercicios y juegos apoyándose en su actividad e imaginación.
- Desarrolla su tendencia lúdico-social mediante la participación activa en clubes recreativos, festivales escolares y semejantes, de acuerdo con sus intereses.
- Relaciona la práctica del ejercicio físico con un buen estado de salud y el uso lúdico de su entorno.
- Comprende la importancia de la práctica recreativa y deportiva al aire libre

Para los grados cuarto, quinto y sexto de la educación básica:

- Usa el tiempo extraescolar en actividades recreativas, deportivas, culturales, artísticas y, en general, en la percepción y aprovechamiento de un entorno más amplio.
- Demuestra afición por las actividades específicas de tipo recreativo, deportivo y cultural.
- Participa con agrado en actividades de conservación del medio ambiente y cuida y mejora su ecosistema institucional.
- Coordina patrones básicos de movimiento y conserva su equilibrio en la ejecución de ellos.
- Asocia los patrones de movimientos con los fundamentos de las prácticas deportivas.
- Consulta temas relacionados con la educación física, la recreación y el deporte y los valora en función de su práctica y del uso creativo del tiempo libre.
- Reconoce el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado persona.
- Ejecuta ritmos corporales en función de ritmos musicales.
- Adopta una actitud crítica ante actividades y prácticas sociales del deporte, la recreación y el uso del tiempo libre, susceptibles de provocar trastornos, enfermedades o deterioro del ambiente. F Muestra disciplina cuando participa en actividades físicas, deportivas y recreativas.
- Valora la competencia deportiva como elemento para su desarrollo personal.
- Asume el juego espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y valores y ejecuta actividades de ocio para descansar.

Indicadores de logros curriculares para los grados séptimo, octavo y noveno de la educación básica.

- Asocia las categorías de movimientos a los fundamentos de las destrezas deportivas y otras manifestaciones culturalmente determinadas.
- Lidera grupos artísticos y deportivos y promueve la organización de grupos juveniles.
- Ejecuta los fundamentos básicos, en la práctica de movimientos culturalmente determinados.
- Participa en grupos juveniles extraescolares y en actividades deportivas comunitarias y realiza actividades de mantenimiento físico.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
		VERSIÓN: 01
	PLAN DE ÁREA	Página 10 de 19


Indicadores de logros curriculares comunes para los grados décimo y undécimo de la educación media:

- Descubre y desarrolla elementos tácticos en situaciones de juego.
- Participa en la organización de proyectos y gestiona actividades recreativas, deportivas, turísticas y, en general, de uso de tiempo libre.
- Ejecuta en forma técnica los fundamentos deportivos de diferentes modalidades y usa correctamente los escenarios e implementos deportivos, recreativos y gimnásticos.
- Practica el viaje en grupo, la recreación social y las actividades de educación física en su tiempo libre.
- Promueve la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención del consumo de sustancias psicoactivas.
- Asume la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.
- Aplica en su comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.
- Organiza y lidera frecuentemente actividades dirigidas a dinamizar, recuperar y conservar el medio ambiente.
- Otorga importancia a las prácticas deportivas, recreativas y del uso del tiempo libre en el desarrollo de la sociedad.
- Demuestra con el cultivo de su cuerpo, el respeto a la dignidad de su propia vida y de la vida de los demás.
- Respeta y valora las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.
- Entiende lo lúdico y la ludicidad como un valor que redimensiona e impacta el propio trabajo y en general, el quehacer de la vida cotidiana y no como algo episódico y circunstancial.

Los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte se fundamentan especialmente en la Constitución Política de 1991 y en la Ley General de la Educación (Ley 115 de 1994), las cuales han propuesto, en sus políticas de desarrollo, emprender la transformación del sistema educativo, para responder a los retos que plantea el mejoramiento de la calidad de vida como tarea de la modernidad en el contexto de la globalización.

Según la Ley 115 de 1994 en sus artículos 5.º y 23.º el área de educación física, recreación y deporte hace parte de los fines de la educación colombiana; es una de las áreas fundamentales del plan de estudios, y constituye, además, un proyecto obligatorio transversal. De acuerdo con este punto de vista integrador, la educación física desempeña un papel fundamental en la formación personal y social de los individuos y los colectivos humanos, plasmando su esencia en los aportes de la motricidad, aportes por medio de los cuales se puede contribuir a un mejor desarrollo humano y social de la población colombiana.

Por tal razón el departamento de Antioquia plantea una propuesta para los estándares; el cual el plan del área de la institución lo acoge plantenado lo siguiente:


	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 11 de 19

El Grupo de Investigación ha organizado los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte en tres grandes grupos: capacidades perceptivas motrices, físico motriz y socio motrices. Cada grupo representa una dimensión fundamental para el desarrollo de la educación física, la recreación y deporte.

- Lo perceptivomotriz es una dimensión “directamente derivada de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central” (Castañer y Camerino, 1996: 38). Se basa en el desarrollo de la diferenciación sensorial, de las funciones propioceptivas (fundamentales en el reconocimiento del propio cuerpo) y la actividad tónico postural ortoestática, y en la identificación y el conocimiento del mundo exterior (funciones exteroceptivas), aspecto en el que confluyen la interacción con el mundo objetual (los objetos) y la relación con los otros, dentro de las coordenadas espacio-temporales.
- Lo físicomotriz es de carácter predominantemente cuantitativo, motivo por el cual su desarrollo y evolución es más fácilmente evaluable y observable (crecimiento y desarrollo de masa o funciones de algunos órganos y sistemas del cuerpo, como el muscular, óseo, respiratorio, eficiencia y eficacia en las relaciones espacio-tiempo durante la ejecución de tareas motrices, medición de cargas en kg, etc.). Lo físicomotriz influye interactivamente en el desarrollo de las capacidades perceptivomotrices, de las capacidades coordinativas, en el aprendizaje de habilidades motrices básicas y en el perfeccionamiento de habilidades específicas requeridas en la práctica de diversas actividades de carácter deportivo, artístico, lúdico y laboral, aspectos que hacen parte de la vida del ser humano.
- Lo sociomotriz está [...] estructurado de manera compleja y complementaria por las dimensiones introyectiva, comunicativa y la interacción, asuntos que se develan y expresan por medio del juego colectivo, la imaginación, la expresión y la creatividad (Uribe et ál., 2003:76). El juego, como elemento didáctico básico, contribuye a que el niño se pueda expresar a partir de las relaciones que establece con su propio cuerpo, con los objetos y con otras personas.

Si estos contenidos de la educación física, la recreación y el deporte se abordan desde una perspectiva integral del ser humano, se podrá trascender la búsqueda de objetivos centrados en el desarrollo de habilidades motrices y capacidades físicas, para potenciar otras capacidades humanas, que aporten a la búsqueda de una mejor calidad de vida y al desarrollo humano individual y colectivo. Para ello, proponemos que se aborden los contenidos de la educación física, relacionados con tres dimensiones fundamentales:

- La sexualidad. Es una construcción social simbólica, hecha a partir de la realidad de las personas: seres sexuados en una sociedad determinada. Como tal es una dimensión constitutiva del ser humano: biológica, psicológica, cultural, histórica y ética, que compromete sus aspectos emocionales, comportamentales, cognitivos

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
		VERSIÓN: 01
	PLAN DE ÁREA	Página 12 de 19

y comunicativos tanto para su desarrollo en el plano individual como en el social (MEN, 2007: 11). Esta dimensión, a través de la educación física y las experiencias de la corporalidad, promueve un proceso permanente de comprensión y construcción colectiva de conocimientos, actitudes, comportamientos y valores personales y grupales.

- El medio ambiente. Comprendemos el medioambiente como el entorno que afecta y condiciona las circunstancias de vida de las personas.

Es el entorno en el cual opera una organización, que incluye el aire, el agua, el suelo, los recursos naturales, la flora, la fauna, los seres humanos, y su interrelación (Biblioteca Luis Ángel Arango, 2005).

Incluye, además, elementos tan intangibles como la cultura. Se trata de adquirir mayor sensibilidad, comprensión y conciencia del medioambiente y de la participación activa en su protección y mejoramiento.

- La salud. Es un proceso dinámico, variable, individual y colectivo, producto de determinantes emocionales, sociales, ambientales y biológicos. De esta manera, la salud se empieza a interpretar como proceso, resultado de la interacción de múltiples determinaciones sociales, todas ellas articuladas al proceso social. "La salud se puede definir como un conjunto integrado de capacidades biopsicosociales de un individuo o de un colectivo" (Weinstein, 1978:45). Estas dimensiones están presentes en todas aquellas prácticas que promueven mejores condiciones de vida, educación y cultura. Es la salud en positivo.


8. JUSTIFICACIÓN:

Marco legal: El área de educación física, recreación y deporte de la I. E. La Candelaria esta direccionado por:

El Plan Nacional de Educación Física, se fundamenta en razones legales, sociales, educativas y políticas, que justifican la necesidad de su diseño, estudio, concertación y puesta en marcha en beneficio de la sociedad colombiana.

Desde el punto de vista normativo, el Plan Nacional de Educación Física, se apoya en un amplio cuerpo de referencias contenidas en la constitución política y la legislación colombiana que proporcionan las bases de concertación, diseño, elaboración, aplicación y evaluación de programas específicos, de su implementación y de la atención a las necesidades de la comunidad.

- ✓ Marco Constitucional: 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.
- ✓ 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

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
		VERSIÓN: 01
	PLAN DE ÁREA	Página 13 de 19

la Educación Preescolar (art. 15; 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).


Dicha Ley igualmente proyecta la educación física hacia segmentos poblacionales específicos como la Educación para personas con limitaciones (art. 46), las instituciones dedicadas a la educación especial (art. 47), la Educación para adultos (art. 50) y sus objetivos específicos (art. 51, literal d.), la educación para grupos étnicos (art. 55) y la educación campesina y rural (art. 64). Adicionalmente, la Ley General de Educación en su Artículo 141 determina los requisitos de infraestructura para la práctica escolar.

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. 10); 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).

La Educación Física como ámbito de intervención del estado a través de una política pública debe tener presentes 2 referentes:

- Como componente del Sistema Educativo formal, en el que se inscribe como uno de sus fines (Art. 12 de la Ley 115) ya que la educación se desarrollará atendiendo, entre otros, al fin de: "La formación para la promoción y reservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización del tiempo libre.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 14 de 19

- Como componente del Sistema Nacional del Deporte, en el que se inscribe fundamentalmente en el campo de la educación extraescolar como factor social, asociada a los fines de salud, bienestar y condición física de la población.

8.1. Fines, objetivos del área


En la ley 115, el Artículo 5º.- Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

- El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- La formación en el respecto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.
- La adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber.
- El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país, como fundamento de la unidad nacional y de su identidad.
- El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artísticas en sus diferentes manifestaciones.
- La creación y fomento de una conciencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad y la integración con el mundo, en especial con Latinoamérica y el Caribe.
- El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.
- La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.
- La promoción en la persona y en la sociedad de la capacidad para crear, investigar, adoptar la tecnología que se requiere en los procesos de desarrollo del país y le permita al educando ingresar al sector productivo. Decreto Nacional 114 de 1996, la Educación no Formal hace parte del Servicio Público Educativo.

8.2. Objetivos por nivel

Ley 115, Artículo 16º.- Objetivos específicos de la educación preescolar

- El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 15 de 19


- El desarrollo de la creatividad, las habilidades y destrezas propias de la edad, como también de su capacidad de aprendizaje.
- La ubicación espacio-temporal y el ejercicio de la memoria.
- 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.
- La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos.
- El reconocimiento de su dimensión espiritual para fundamentar criterios de comportamiento.
- La formación de hábitos de alimentación, higiene personal, aseo y orden que generen conciencia sobre el valor y la necesidad de la salud.

Ley 115, Artículo 21º.- Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria.

- La formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática, participativa y pluralista.
- El fomento del deseo de saber, de la iniciativa personal frente al conocimiento y frente a la realidad social, así como del espíritu crítico.
- La comprensión básica del medio físico, social y cultural en el nivel local, nacional y universal, de acuerdo con el desarrollo intelectual correspondiente a la edad.
- La asimilación de conceptos científicos en las áreas de conocimiento que sean objeto de estudio, de acuerdo con el desarrollo intelectual y la edad.
- La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente.
- El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.
- La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.
- La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura.
- La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

Ley 115, Artículo 22º.- Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria.

- El avance en el conocimiento científico de los fenómenos físicos, químicos y biológicos, mediante la comprensión de las leyes, el planteamiento de problemas y la observación experimental.
- La comprensión de la dimensión práctica de los conocimientos teóricos, así como la dimensión teórica del conocimiento práctico y la capacidad para utilizarla en la solución de problemas.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 16 de 19

- La iniciación en los campos más avanzados de la tecnología moderna y el entrenamiento en disciplinas, procesos y técnicas que le permitan el ejercicio de una función socialmente útil.
- 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.
- La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.
- La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

Ley 115, Artículo 30º.- Objetivos específicos de la educación media académica.

- La profundización en un campo del conocimiento o en una actividad específica de acuerdo con los intereses y capacidades del educando.
- La vinculación a programas de desarrollo y organización social y comunitaria, orientados a dar solución a los problemas sociales de su entorno.
- La capacidad reflexiva y crítica sobre los múltiples aspectos de la realidad y la comprensión de los valores éticos, morales, religiosos y convivencia en sociedad.

9. METODOLOGÍA:

- ✓ Instrucción Directa o Reproducción de Modelos

También denominado Instrucción Directa (a semejanza del método), plantea que el profesor posee el conocimiento y el alumno, elemento secundario, debe recibirlo, de tal manera que convierte a éste en mero ejecutante de todo aquello que se ha preparado para él, bajo la perspectiva de las respuestas que se desea obtener de su grupo


- ✓ Asignación de única Tarea

Introduce dosis de individualización, siendo sus características esenciales:


- Se plantean tareas ordenadas secuencialmente sin rigidez temporal.
- No existe duración fija para la ejecución
- Plantea respuestas unitarias
- Se abandona la rigidez organizativa, hay más libertad de actuación
- La evaluación se basa en modelos conseguidos.

- ✓ Asignación de Tareas

- Conserva las características del estilo anterior. Se divide el espacio de trabajo en una serie de zonas marcadas al efecto, en cada una de las cuales se desarrolla una actividad diferente dentro de una determinada cualidad. Se forman grupos de alumnos distribuidos en cada una de las zonas, y se establecerá un turno rotatorio sobre las actividades planteadas (CIRCUITO).

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 17 de 19

- El educador marca el momento de efectuar rotaciones y tiempos de trabajo. La evaluación se basa en respuestas previstas y modelos presentados.
- ✓ Individualización por ritmo de aprendizaje
- Si partimos de la base de que existen diferencias de capacidades, debemos admitir que no todos los alumnos han recibido la misma formación de base ni han podido adquirir las mismas experiencias de movimiento. Si además añadimos que en determinados momentos evolutivos la edad cronológica y biológica pueden no coincidir dentro de un mismo grupo de edad; asumimos que cada persona tiene un ritmo personal de aprendizaje. Aceptado esto diremos que este estilo no varía la calidad de las realizaciones sino el tiempo de consecución.
- ✓ Enseñanza Recíproca
- En este estilo el profesor encarga a los alumnos la función de evaluar y corregir a los compañeros. El elemento fundamental es la existencia de un grupo de trabajo formado por dos alumnos que alternan roles de ejecutante y observador a lo largo de la clase.
Una variante de la enseñanza recíproca la constituye los Grupos Reducidos de tal manera que un grupo de varios alumnos se asocian para repartirse funciones de ejecutante, observador, corrector... a lo largo de la clase.
Es importante comentar que en este estilo el profesor se encarga de transmitir información, tareas, modelos....
- ✓ Microenseñanza
- Se denomina así al estilo que propicia la participación del alumnado con total libertad para "monitorizar" al resto, es decir, el docente delega sus funciones en determinados alumnos.
- ✓ Descubrimiento Guiado
- El docente planteará preguntas o situaciones problema de forma encadenada (guiado) cuyas respuestas originen la solución.
La eficacia se basa en la estrategia del profesor para conducir al alumno por cuestiones problemáticas íntimamente relacionadas y consecutivas.
- ✓ Resolución de Problemas
- Según Pieron (1988) el educador plantea una determinada situación que ha de ser resuelta por el alumno bajo una premisa de carácter general, a cuyo objetivo se puede acceder desde distintas líneas de actuación que, a su vez, serán todas válidas.
El educador es un elemento de ayuda y estímulo del alumno para que encuentre distintas soluciones a los problemas planteados.

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 18 de 19

10. ATENCIÓN A LA POBLACIÓN VULNERABLE:

En el área de educación física se atiende a la población vulnerable de nuestro contexto mediante métodos de inclusión por medio de programas educativos, recreativos, deportivos y culturales, ejecutados por la Institución y/o en convenio con otras entidades externas tales como: Inder Medellín, programa batuta, escuela de danzas, PAE, etc.

Además de la aplicación y acompañamiento de programas ejecutados por la seccional de salud de Medellín y secretaría de educación Municipal.

11. EVALUACIÓN Y PLANES DE MEJORAMIENTO:

Talleres, prácticas deportivas, tareas asignadas, consultas, trabajos manuales, revisión de cuaderno.


AUTOEVALUACIÓN: entendida como la valoración que cada persona hace de su propio trabajo, es decir, aspectos que sólo quien se autoevalúa conoce bien.

HETEREOEVALUACIÓN: en este tipo de evaluación es el docente quien la ejerce sobre el educando y para ello recurrimos a la observación permanente del desempeño del alumno, procurando también combinar diferentes estrategias para hacer más eficaz su trabajo. Este tipo de evaluación también la ejerce los educandos frente a nosotros como docentes.

COEVALUACIÓN: el mencionado tipo de evaluación resulta ser realmente innovador porque propone que sean los mismos alumnos, que son los que tienen la misión de aprender, los que se coloquen por un momento en los zapatos del docente y evalúen los conocimientos adquiridos por un compañero y que ellos también han debido aprender oportunamente.

12. BIBLIOGRAFÍA Y/O NET-GRAFÍA:

- ✓ Ley 115, ley General de la Educación Colombiana (el artículo 5º, 13, 16, 20, 21, 22 y 30.
- ✓ Resolución 2343. los indicadores de logros curriculares, disponible en: https://www.bq-portal.de/sites/default/files/legal_basis/files/Kolumbien-Resolucion%20No.%202343-Jahr1996.pdf
- ✓ Beatriz Elena Chaverra Fernández. Estándares básicos de competencia para el área de educación física, recreación y deporte en el departamento de Antioquia. Universidad de Antioquia. Disponible: <http://meduapa.mex.tl/imagesnew2/0/0/0/1/0/0/6/8/5/2/estandares%20edufisica%202011.pdf>

	GESTIÓN ACADÉMICA	CÓDIGO: GA-FR26
	PLAN DE ÁREA	VERSIÓN: 01
		Página 19 de 19

- ✓ DELGADO NOGUERA, M.A. (1991):” Los Estilos de Enseñanza en EF”. Universidad de Granada. Granada.
- ✓ MOSSTON, M (1976): La Enseñanza de la EF. Piados. Buenos Aires.
- ✓ PIERON, M (1988): Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte. UNISPORT. Málaga.
- ✓ SÁNCHEZ BAÑUELOS, F (1990): Bases para una Didáctica de la EF y el Deporte. Gymnos. Madrid.