



INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE VÉLEZ ESCOBAR
"La Formación Integral Nuestra Mejor Inversión"



OE-2000759



GUÍA MALLA CURRICULAR

Versión 7

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIA

ESTRUCTURA GENERAL DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

**SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL DE ITAGÜÍ
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ENRIQUE VELEZ ESCOBAR
AÑO DE VIGENCIA: 2025**



TABLA DE CONTENIDO

FUNCIONALES Y DE DESEMPEÑO	PAG.
CONTEXTUALIZACIÓN DEL PLAN DE ESTUDIOS	2
DIAGNÓSTICO DEL ESTADO FINAL DE ÁREA POR GRADO	2
DESEMPEÑO DEL ÁREA	3
	4
APORTE DE LAS ÁREAS TRANSVERSALES EN LAS COMPETENCIAS DÉBILES	
RESULTADOS PRUEBAS SABER 11 2024	
SIEE	8
	PAG.
LEGALES Y REGLAMENTARIOS	10
ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS CURRICULARES (MEN)	10
FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO (LEY 115)	18
OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS (LEY 115)	18
COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	18
ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS DADAS EN LAS REDES DE CADA ÁREA	
	PAG.
INFORMACIÓN DE DISEÑOS PREVIOS	19
DISEÑO CURRICULAR 2024	19
PROYECTOS TRANSVERSALIZADOS	20
	PAG.
NORMAS O CÓDIGOS DE PRÁCTICAS QUE LA IE SE HA COMPROMETIDO A IMPLEMENTAR	20
TRANSVERSALIZACIÓN DE LAS ÁREAS	20
COMPETENCIAS PARA LAS ÁREAS TRANSVERSALES CON LAS MEDIAS TÉCNICAS SENA	22
TECNOACADEMIA	
LEY 1421 DE 2017, DUA (DISEÑO UNIVERSAL DE APRENDIZAJE) Y PIAR (PLAN INDIVIDUAL DE AJUSTES RAZONABLES)	23
MODELO PEDAGÓGICO	23
DIAGNOSTICO DE LOS PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN DEL ÁREA DE CONOCIMIENTO	24
GUIAS PRIMERA INFANCIA (ISO 21001)	

FUNCIONALES Y DESEMPEÑO

CONTEXTUALIZACIÓN DEL PLAN DE ESTUDIOS



La elección del modelo constructivista como base para el plan de estudios de Educación Física se sustenta en la comprensión profunda de los procesos de aprendizaje y desarrollo integral de los estudiantes. El constructivismo se alinea con una visión pedagógica que considera al estudiante como un ser activo, constructor de su propio conocimiento, y promueve la adquisición de habilidades a través de la participación activa y experiencial.

La Educación Física no solo se trata de desarrollar habilidades motrices, sino también de promover el pensamiento crítico y la resolución de problemas. El constructivismo facilita este proceso al proporcionar situaciones desafiantes que requieren reflexión y toma de decisiones, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes.

El modelo constructivista enfatiza la importancia de contextualizar el aprendizaje en la realidad del estudiante. En Educación Física, esto se traduce en diseñar actividades que reflejen situaciones reales y relevantes para la vida diaria, facilitando la transferencia de habilidades a diferentes contextos y promoviendo la adopción de un estilo de vida activo y saludable.

La participación activa del estudiante es esencial en el modelo constructivista. En Educación Física, esto se traduce en la creación de entornos de aprendizaje que fomenten la exploración, la experimentación y el descubrimiento personal. La práctica y la aplicación directa de conceptos y habilidades son fundamentales para consolidar el aprendizaje.

La Educación Física basada en el constructivismo también tiene en cuenta el desarrollo de habilidades sociales. A través de actividades cooperativas y situaciones que requieren interacción, los estudiantes aprenden a trabajar en equipo, a comunicarse eficazmente y a desarrollar habilidades sociales clave que serán beneficiosas en diversos aspectos de sus vidas.

En resumen, un plan de estudios de Educación Física fundamentado en el constructivismo busca no solo el desarrollo de habilidades motoras, sino también el crecimiento integral de los estudiantes, promoviendo la participación activa, el pensamiento crítico, la conexión con la realidad y el fortalecimiento de habilidades sociales. Este enfoque contribuye a la formación de individuos autónomos, reflexivos y comprometidos con un estilo de vida saludable.

Dentro de los cambios que se aplicarán al plan de área para su ejecución en 2024, se cuenta principalmente con el establecimiento de competencias transversales asociadas a la nueva media técnica ofrecida por la institución en DANZA para el grado decimo, las cuales se transversalizan directamente con los contenidos propios del área.

DIAGNÓSTICO DEL ESTADO FINAL DE ÁREA POR GRADO

GRADO	ESTANDAR, COMPETENCIAS, COMPONENTES, PENSAMIENTOS O ENTORNOS	POC
CUARTO QUINTO	En los grados cuarto y quinto el porcentaje de reprobación cumple con la meta establecida en la Institución, además de ser muy similares, esto se logró debido a una evaluación centrada en las competencias establecidas para el grado, otro factor que influye positivamente en los resultados es la comunicación continua con padres de familia y acudientes	

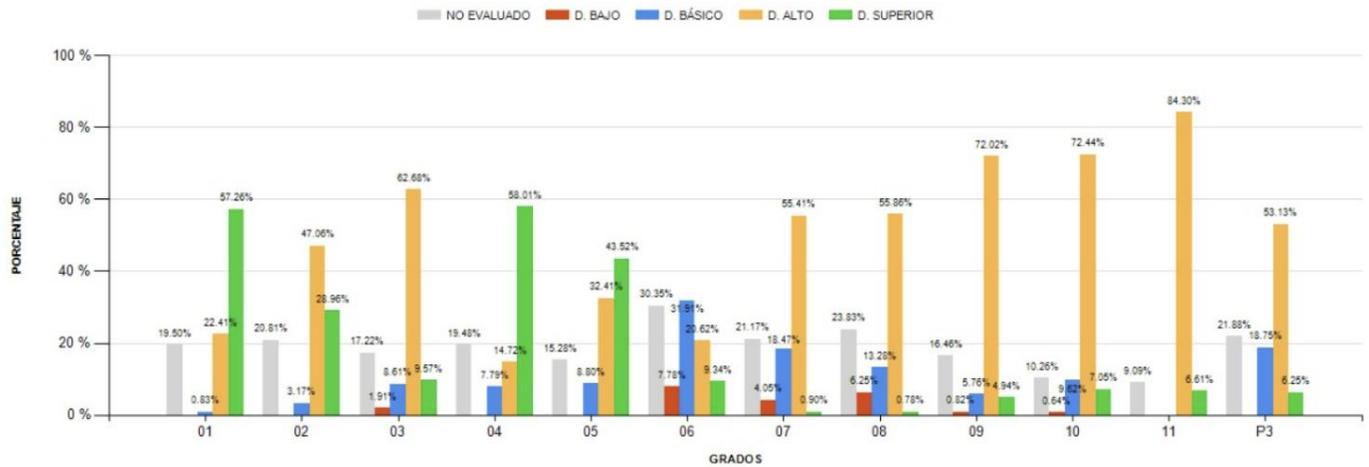


	lo que permite hacer un seguimiento permanente del proceso de los jóvenes y realizar recomendaciones oportunas tanto a padres de familia como a estudiantes.	
SEXTO	Desde la planeación prevista para el grado sexto, se alcanzaron a desarrollar todos los contenidos planeados para alcanzar cada competencia, aunque se debe enfatizar las competencias físico-motriz específicamente en la experimentación y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas del juego y las actividades planteadas, ya que por las falencias de grados anteriores los estudiantes presentan en su mayoría debilidades físico-motrices a nivel de sus capacidades coordinativas.	
SÉPTIMO	Al igual que en el grado sexto la planeación que se tenía prevista para el grado séptimo, se alcanzó a desarrollar en su totalidad, aunque se debe hacer un especial énfasis en la competencias físico-motriz específicamente en la experimentación y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades planteadas, ya que debido a las falencias que se traen de grados anteriores los estudiantes presentan en su mayoría debilidades físico-motrices a nivel de sus capacidades coordinativas.	
OCTAVO	Para el grado Octavo también se desarrolló todos los estándares y competencias previstas en la malla curricular, aunque para el 2025 se debe hacer una especial intensificación en el afianzamiento y fortalecimiento de las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito, ya los efectos de la pandemia todavía se notan en estos grupos sobre todo en lo que hace referencia a las habilidades específicas en los diferentes deportes planteados para estos grados.	
NOVENO DECIMO	Para el grado Noveno y décimo se logró que todos los estudiantes aprobaran la asignatura, ya que se realizó una evaluación desde las competencias establecidas para el grado, realizando un refuerzo continuo y utilizando metodologías activas, en las cuales los estudiantes son los constructores de su conocimiento y sobre todo teniendo presente la participación de los jóvenes en las actividades programadas tanto a nivel institucional como desde el área.	
UNDÉCIMO	Para el grado once, los jóvenes han logrado cumplir, en gran mayoría, con los requisitos del área, ya que las estrategias de refuerzo permanente y la adaptación curricular realizada han permitido realizar un diseño basado en competencias, evaluando desde la globalidad según lo planeado.	



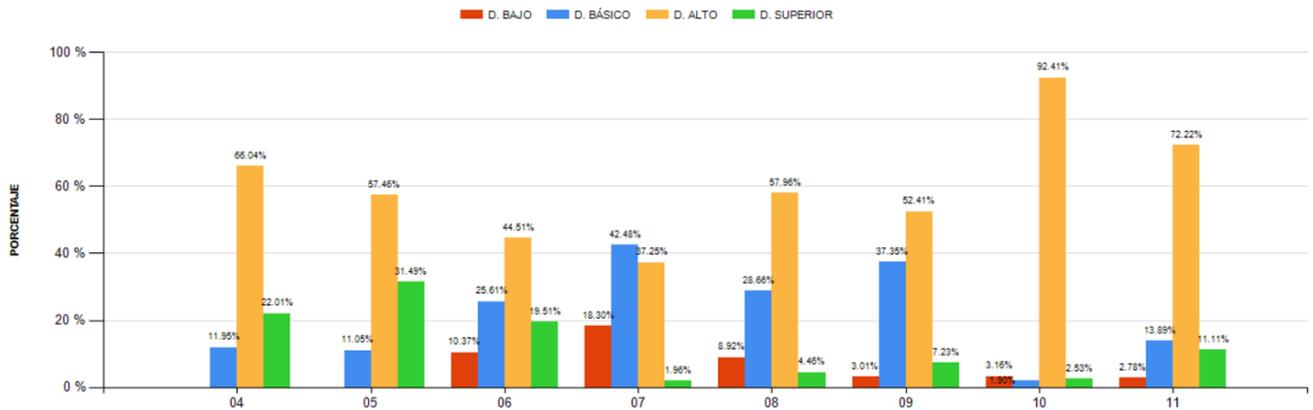
DESEMPEÑO DEL ÁREA

EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES



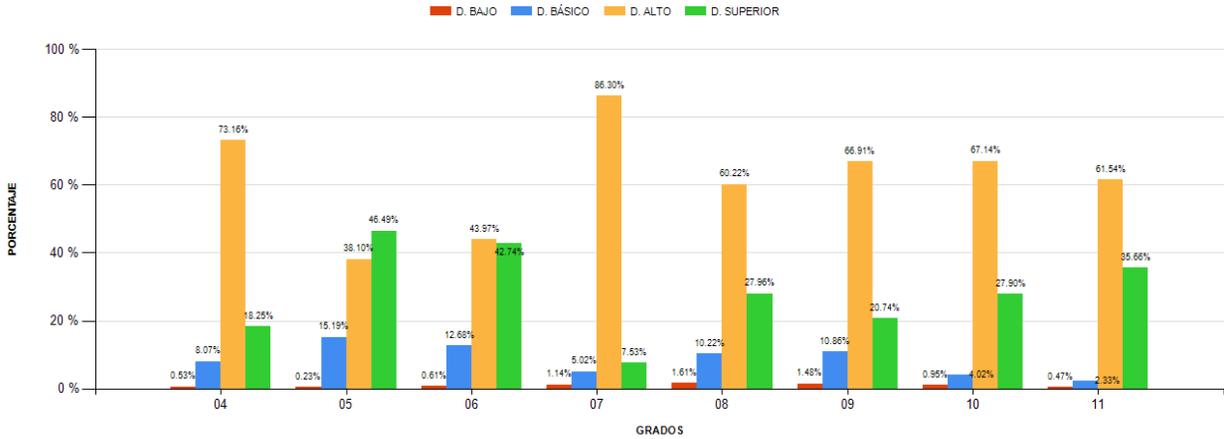
2023 p3

EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES





EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACION Y DEPORTES



GRADO	% BAJO Y BÁSICO 2022		% BAJO Y BÁSICO 2023		%BAJO Y BASICO 2024		ACCIONES DE MEJORA O AJUSTES AL PLAN DE ÁREA
	BJ	BA	BJ	BA	BJ	BA	
DESEMPEÑO CUARTO	0	11.95	0	7.79	0.53	8.07	Se observa un leve incremento en el porcentaje de estudiantes con valoración bajo durante el año 2024, este incremento se puede justificar por situaciones relacionadas con inasistencia y falta de acompañamiento familiar. Desde el área, para reducir dicho porcentaje se aplicarán estrategias como asignar actividades para ejecución y valoración durante la clase; no dejando actividades para la casa y, en los casos de estudiantes que presentan inasistencias frecuentes, en las clases a las que asistan se asignarán y valorarán actividades que puedan ser ejecutadas en el transcurso de la clase.
QUINTO	0	11.08	0	8.80	0.23	15.19	
SEXTO	7.78	25.61	10.37	31.91	6.61	12.68	



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



							mejoran, se disminuye el porcentaje de estudiantes en ambos desempeños, lo que evidencia la efectividad de las estrategias aplicadas y el mejoramiento continuo del área. Por lo anterior, se decide continuar aplicando las estrategias definidas en el acta de resultados final del área.
SÉPTIMO	4.05	42.48	18.30	18.47	1.14	5.02	Se puede observar que en la comparación de desempeño Bj y Básico entre al año 2023 y el 2024, los resultados mejoraron de manera sustancial, disminuyendo el porcentaje de estudiantes en ambos desempeños, lo que evidencia la efectividad de las estrategias aplicadas y el mejoramiento continuo del área. En consideración a lo anterior, se decide continuar aplicando las estrategias definidas en el acta de resultados final del área.
OCTAVO	6.25	28.66	8.92	13.28	1.61	10.22	En este grupo se observa mejoras en ambos desempeños alcanzados por los estudiantes, esto se debe a la efectividad de las diferentes estrategias planteadas, en especial a la aplicación de planes de mejoramiento continuo durante el transcurso del período y valoración de las diferentes actividades ejecutadas por los estudiantes durante las clases.
NOVENO	0,82	37.35	3.01	5.76	1.48	10.86	Si bien se produjo una reducción de 1.53% en la cantidad de estudiantes con desempeño bajo y un incremento de aproximadamente un 5.0% de estudiantes con desempeño básico, aún existe un margen de mejora con el fin de alcanzar la meta de 0.0% de estudiantes con desempeño bajo. Para alcanzar dicha meta, se continuará proponiendo actividades que coherentes con el plan de estudios, que respondan a los intereses y gustos de los estudiantes, valorar todos los avances que evidencien los estudiantes, así como la participación de los estudiantes en



							las actividades que transversalizan el área.
DÉCIMO	0.64	1.90	3.16	9.62	0.95	4.02	Se puede observar que en la comparación de desempeño B _j y Básico entre los años 2023 y el 2024, los resultados mejoraron de manera sustancial, se presentó disminución en el porcentaje de estudiantes en ambos desempeños, lo que evidencia la efectividad de las estrategias aplicadas y el mejoramiento continuo del área. En consideración a lo anterior, se decide continuar aplicando las estrategias definidas en el acta de resultados final del área.
UNDÉCIMO	0	3.89	27.81	18.75	0.47	2.33	Los resultados evidencian una mejora en ambos desempeños, una disminución considerable en la cantidad de estudiantes con desempeño bajo y básico. Dicha mejora se sustenta en la implementación de metodologías activas centradas en el estudiante, además, en el diseño y ejecución de planes de mejoramiento durante el transcurso de los periodos.

ANÁLISIS DE RESULTADOS EVALUAR PARA AVANZAR AÑO 2024

No Aplica

SIEE

<https://www.ievee.edu.co/index2.php?id=167281&idmenutipo=9979>

La evaluación en Educación Física, bajo el enfoque constructivista, se concibe como un proceso dinámico y formativo que va más allá de la simple medición de habilidades físicas. Se fundamenta en la comprensión de que los estudiantes son constructores activos de su propio conocimiento y que la evaluación debe reflejar no solo los resultados finales, sino también el proceso de aprendizaje y el desarrollo integral del individuo teniendo en cuenta los siguientes principios.

Observación Continua: La evaluación constructivista en Educación Física comienza con la observación continua de los estudiantes durante las actividades. Se presta atención a cómo abordan



los desafíos, interactúan con otros, toman decisiones y aplican conceptos aprendidos. Esta observación proporciona información valiosa sobre el proceso de construcción del conocimiento y el desarrollo de habilidades motrices.

Diálogo y Retroalimentación: El constructivismo enfatiza la importancia del diálogo entre docentes y estudiantes. La retroalimentación se convierte en una herramienta clave para guiar el aprendizaje. Los comentarios se centran no solo en los resultados, sino en los procesos cognitivos y estrategias utilizadas. Se fomenta un espacio abierto donde los estudiantes reflexionan sobre su desempeño y participan activamente en la construcción de su conocimiento.

Autoevaluación y Coevaluación: El modelo constructivista promueve la autoevaluación y coevaluación como herramientas esenciales. Los estudiantes son guiados para que reflexionen sobre su propio desempeño y el de sus compañeros. Esto no solo fortalece la metacognición, sino que también fomenta la responsabilidad y colaboración, aspectos cruciales para el aprendizaje significativo.

Participación en Interclases e Intercolegiados: La evaluación de la participación en eventos como Interclases e Intercolegiados en Educación Física, bajo el modelo constructivista, implica una perspectiva integral que va más allá de medir simplemente el rendimiento físico, integrando aspectos cognitivos, socioemocionales y metacognitivos. Este enfoque contribuye a una comprensión más completa y enriquecedora del proceso de participación en eventos deportivos teniendo en cuenta en el seguimiento del estudiante.

De acuerdo a los criterios de evaluación establecidos en el SIEE institucional como lo son los lineamientos y estándares curriculares, los principios y valores institucionales, el modelo pedagógico, y demás documentos emanados por el MEN en el área de educación física se concibe la evaluación como un proceso sistemático, planeado con anterioridad para la recolección de información veraz y valiosa, orientado hacia la valoración de la calidad y de los logros obtenidos, que son la base para la toma de decisiones de mejoramiento continuo y del contexto en el que se encuentra la institución educativa. (Pérez, 2000).

Es así como en la educación física recreación y deportes la evaluación tiene las siguientes características fundamentales que permiten orientar la toma de decisiones.

Sistemática: Genera información sobre el desempeño de los docentes y los estudiantes, permitiendo la verificación de los criterios de desempeño y orientando hacia la búsqueda de nuevos métodos y técnicas de enseñanza.

Permanente y continua: Verifica constantemente el avance de los estudiantes y la pertinencia del plan curricular.

Integral: Evalúa el desempeño dentro y fuera del aula teniendo en cuenta, el ser, el saber, el hacer y el convivir.

¿Para qué evaluar en educación física?

La evaluación es un punto clave en el proceso educativo, en el área de educación física se tiene en cuenta la perspectiva que presenta Díaz Barriga (2005) al explicar que “dentro de los fundamentos axiológicos que justifican cualquier modelo de evaluación se encuentran los relacionados con una



calidad educativa que demanda posibilitar, garantizar, promover y vigilar el logro de los aprendizajes curriculares; el perfeccionamiento de los docentes, el desarrollo personal, el mejoramiento de las prácticas y la dedicación al trabajo educativo”. Si bien la evaluación no sólo es motivada por el requerimiento necesario de tener indicadores, sino porque además contribuye al proceso de enseñanza - aprendizaje y a ser floreciente a largo plazo dicho proceso.

La evaluación como parte del proceso se convierte para a la educación física en una herramienta necesaria que permite detectar las fallas y debilidades de la implementación de los temas programados y los materiales didácticos que permitan la reflexión continua de docente para dotar al alumno de herramientas concretas que le permita obtener un adecuado rendimiento educativo.

Debemos tener en cuenta que la calidad de la evaluación se construye desde la perspectiva de la motivación, eficiencia y equidad, buscando que se tenga en consideración estas premisas, es importante evaluar para realizar un claro análisis de la información provista y obtener resultados acordes a lo que desea lograr el diseño curricular de área.

En conclusión, la evaluación en el área de educación física es un proceso vital, ya ayuda a garantizar el logro de los aprendizajes que se requiere para obtener los mejores resultados para los alumnos.

Los objetivos principales de la evaluación en el área son:

- Valorar el alcance y la obtención de logros, competencias y habilidades por parte de los estudiantes.
- Determinar la promoción o no de los estudiantes en cada grado de la educación básica y media.
- Diseñar e implementar estrategias para apoyar a los estudiantes que hayan presentado dificultades en el alcance de sus competencias.
- Recoger información relevante que contribuye a la autoevaluación académica de la institución y la actualización permanente del plan de estudios.

En el desarrollo de las clases de Educación Física se tiene en cuenta las características del alumnado (edad, nivel competencial, intereses, etc.). Se utiliza pruebas combinadas, listas de control, hojas de registro, escalas de clasificación, cuadernos del alumno, etc. y para valorar el desarrollo de los procesos de enseñanza y aprendizaje se utilizan las siguientes estrategias de evaluación Teniendo en cuenta los ámbitos de las capacidades planteadas en los objetivos curriculares así:

- **La evaluación de capacidades cognitivas (SABER)**, a través de actividades en las que el alumnado reflexione sobre aspectos que den sentido a su actividad motriz utilizando pruebas objetivas (orales, escritas, combinadas y trabajos...).
- **La evaluación de capacidades físico-motrices (SABER HACER)**, por medio de listas de control, escalas de clasificación y escalas descriptivas en situaciones habituales de clase y durante el desarrollo de actividades evaluadoras.
- **La evaluación de capacidades afectivo-sociales (QUERER HACER)**, se pueden registrar las observaciones diarias sobre la colaboración, respeto, participación, interés..., en listas de control, escalas de clasificación de conductas y registros anecdóticos fundamentalmente.

Teniendo en cuenta los aspectos mencionados anteriormente sobre la concepción de la evaluación desde la educación física en la I.E, se plantean estrategias de recuperación integral, siempre apuntando al desarrollo de competencias desde lo cognitivo, lo socio-afectivo y lo afectivo-social donde se emplean diferentes estrategias de enseñanza como lo son: Lecturas, videos, ensayos, practicas, exposiciones,



trabajo en grupo entre otras, este plan es desarrollado dos veces al período siguiendo las fechas establecidas desde la I.E.

LEGALES Y REGLAMENTARIOS

ESTÁNDARES O LINEAMIENTOS CURRICULARES (MEN)¹

Grupos de estándares de competencias en educación física, recreación y deporte y dimensiones transversales

Se han definido y organizado los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte en tres grandes grupos: **capacidades perceptivomotrices, físicomotrices y sociomotrices**. 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 ortoes-tática, y en la identificación y el conocimiento del mundo exterior (funciones interoceptivas), 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:

¹ https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-339975_recurso_10.pdf



biológica, psicológica, cultural, histórica y ética, que compromete sus aspectos emocionales, comportamentales, cognitivos 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 medioambiente: 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 biopsico-sociales 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.

Tipos de estándares de competencias en educación física, recreación y deporte

Así como para la formación en educación física, recreación y deporte se requiere aprender ciertas habilidades de tipo procedimental (saber hacer), es igual de importante adquirir conocimientos (saber) y actitudes (ser) específicos del área. Proponemos entonces que los estándares básicos de competencias estén enmarcados en estos tres saberes y, adicional a esto, es importante relacionar, potenciar, ejercitar o incentivar estos conocimientos, con dimensiones como el medio ambiente, la salud y la sexualidad, las cuales ayuden a mejorar el desarrollo de las personas y la calidad de vida de la sociedad.

En este sentido, los tipos de estándares de competencias en educación física, recreación y deporte son:

ESTANDAR 1.

Conceptuales. Se refieren a los hechos, los datos o los conceptos que los y las estudiantes deben saber y comprender acerca de la educación física. Si bien esta información es fundamental, no es suficiente para la práctica de la educación física el desarrollo de la competencia motriz en los niños, es decir, se necesita de las demás competencias.

ESTANDAR 2.

Procedimentales. Hacen referencia a las acciones, a las formas de actuar y de resolver problemas que el alumno debe construir; son fundamentales para el aprendizaje de otros estándares de competencias, como los conceptuales y los actitudinales. Lo ideal es que propicien, en el/la alumno/a, las capacidades para aprender autónomamente.

ESTANDAR 3.

Actitudinales. Hacen referencia a valores que se manifiestan en las actitudes, entendidas éstas como la tendencia a actuar de acuerdo con una valoración personal que involucra conocimientos cognitivos,



componentes afectivos y componentes conductuales.

Estándares integradores. Articulan, en la práctica de la educación física, la recreación y el deporte, las dimensiones de sexualidad, medio ambiente y salud.

Los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte se organizaron de la siguiente forma:

- Cada grado o grupo de grado está encabezado por una competencia en educación física, recreación y deporte más general y abarcadora.
- Los estándares se organizaron en tres ejes temáticos.
- Bajo ese gran enunciado, se presentan los estándares básicos que permitirán abarcar ese eje temático y a la vez aportan a la consecución de la competencia general.
- La secuencia en la que se presentan los estándares no significa que deban trabajarse en ese orden.
- Es importante aclarar que los tres grupos de estándares se presentan de forma separada, pero que no debe olvidar que en la práctica y la vida diaria tienen múltiples intersecciones; ninguna se trabaja de manera aislada.

En la tabla 1 se ilustra la disposición esquemática de la presentación de los estándares de competencias. En las tablas 2 a 7 se presentan por grados.

Tabla 1 Disposición esquemática de la presentación de los estándares de competencias

Competencia		
Eje temático	Eje temático	Eje temático
Estándar	Estándar	Estándar
Estándar	Estándar	Estándar
[...]	[...]	[...]



ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS GRADOS 10.º Y 11.º

Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales

PERCEPTIVOMOTRIZ

- Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices
- Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de mi desarrollo psicosexual
- Reconozco la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable
- Tengo una actitud positiva para participar en actividades rítmico-danzarias
- Valoro las actividades físicas que se relacionen con la expresión corporal
- Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimo mi creatividad y mi capacidad intelectual
- Ejecuto motrizmente los principales ritmos modernos y tradicionales, como medio de comunicarme con el otro sexo y como expresión de mi sexualidad
- Demuestro habilidad rítmica y argumento su importancia como elemento de la expresión corporal
- Refuerzo y valoro mi identidad personal y cultural, mediante la práctica de expresiones motrices

FÍSICOMOTRIZ

- Valoro el desarrollo de las capacidades
- físicomotrices como elementos fundamentales de la práctica de la educación física, la recreación y el deporte
- Promuevo la posibilidad de un medioambiente sano para el desarrollo de mi condición físicomotriz
- Reconozco las capacidades físicomotrices como expresiones de una buena salud
- Valoro la estética corporal y las capacidades físicomotrices como elementos del desarrollo humano
- Respeto, en la práctica de las expresiones motrices, la condición y la orientación sexual, religiosa o política de los compañeros y las compañeras
- Soy consciente de la importancia de una práctica motriz con enfoque científico
- Practico diferentes ejercicios y juegos para el desarrollo de las capacidades físicomotrices
- Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas
- Participo en actividades competitivas de acuerdo con mis posibilidades físicomotrices, con sentido ético y moral
- Reconozco la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable
- Identifico conceptos relacionados con las capacidades físicomotrices
- Valoro y comprendo la importancia de la educación corporal como fundamento de la salud
- Planeo y ejecuto un plan personal de preparación física para el mantenimiento de mi salud
- Conozco las posibilidades de mi cuerpo y a partir de ello propendo por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas

SOCIOMOTRIZ

- Participo y apoyo los programas de educación física, recreación y deporte que se promueven en mi comunidad
- Reconozco que el cuidado del medioambiente favorece las condiciones para la práctica de una actividad física saludable
- Involucro las expresiones motrices como elemento de desarrollo del proyecto de educación sexual en mi comunidad
- Me comprometo con la difusión de creación de ambientes favorables para el desarrollo de una sexualidad sana entre mis congéneres
- Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacios públicos deportivos de mi comunidad
- Elaboro y propongo a mi comunidad proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre y salud, con los elementos adquiridos en mi proceso educativo
- Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores
- Comprendo que la educación física, la recreación y el deporte nos permite un intercambio cultural en los ámbitos regional, nacional e internacional
- Practico los juegos tradicionales de mi entorno y promuevo, en los demás, la defensa del medioambiente como posibilidad de una buena salud
- Interpreto y aplico adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio
- Valoro la participación ciudadana en los diferentes programas para el desarrollo de las prácticas corporales relacionadas con la educación física, el deporte y la recreación
- Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales
- Promuevo el respeto de la condición sexual, religiosa o política mediante la práctica de expresiones motrices

Tabla 3.7 Estándares de competencias grados 10.º y 11.º





ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS GRADOS 8.º Y 9.º

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

PERCEPTIVOMOTRIZ

- Identifico la coordinación y el equilibrio como elementos esenciales en el aprendizaje de los deportes y otras manifestaciones de las expresiones motrices que me permitan desempeñarme en la vida diaria
- Vivencio y propongo esquemas motrices a partir de diferentes ritmos y acompañamiento musical
- Percibo e identifico los cambios que produce la actividad física en el organismo, desde lo propioceptivo, interoceptivo y exteroceptivo, que me permitan la regulación de la práctica de las expresiones motrices
- Comprendo e interpreto conceptos en la reglamentación, relacionados con el manejo del tiempo y el espacio de las expresiones motrices
- Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto
- Propongo y ejecuto esquemas motrices a través de diferentes ritmos y acompañamientos musicales
- Practico juegos tradicionales que me permitan valorar la cultural

FÍSICOMOTRIZ

- Realizo juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicomotrices que contribuyen al mejoramiento de mi salud
- Reconozco y aplico las habilidades motrices específicas en las expresiones motrices deportivas y recreativas
- Adquiero dominio en la ejecución de las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento, recreativas y deportivas
- Practico las expresiones motrices para mejorar mi autoestima, autoimagen, autoconocimiento
- Reconozco y aplico test de capacidades y habilidades que me permitan evidenciar mi condición física
- Reconozco y valoro las capacidades y las habilidades físicas de mis compañeros y compañeras, respetando las diferencias de género
- Practico diferentes expresiones motrices en medio natural, demostrando cuidado para su conservación
- Reconozco que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas

SOCIOMOTRIZ

- Comprendo que las expresiones motrices son un medio de comunicación y manifestación del ser humano que le permite interactuar con los demás
- Utilizo mis capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo
- Reconozco y cuido el medio ambiente como un espacio propicio para práctica de las expresiones motrices que me permitan interactuar en el contexto
- Practico valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica de las expresiones motrices que me permitan convivir con mis semejantes
- Reconozco y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices
- Me integro a los grupos deportivos recreativos y juveniles de mi ambiente social y escolar
- Asumo responsablemente la práctica de la educación física, el deporte y la recreación, como medios para la conservación y el mejoramiento de la salud
- Asumo la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como un espacio de aprendizaje para mi vida cotidiana
- Hago buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que me permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte
- Reconozco los espacios naturales y artificiales con los que cuenta nuestro entorno inmediato, que me permitan cuidarlo y utilizarlo como medio de la educación física, la recreación y el deporte
- Reconozco y respeto las reglas de los juegos y las expresiones motrices como posibilidad de entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en comunidad
- Asumo una posición crítica frente a situaciones de violencia, discriminación, irrespeto e intolerancia que se presentan durante las prácticas deportivas y otras manifestaciones de las expresiones motrices
- Reconozco el folclor y los juegos tradicionales como medios para valorar la cultura y mejorar la integración social

Tabla 3.6 Estándares de competencias grados 8.º y 9.º





ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS GRADOS 6.º Y 7.º

Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional

PERCEPTIVOMOTRIZ

- Afianzo, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas
- Identifico y aplico elementos relacionados con la coordinación y el equilibrio, que contribuyen a mejorar mi salud y la de la sociedad
- Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades
- Aplico las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase
- Practico diferentes posiciones, posturas y recomendaciones para realizar tareas en mi vida diaria
- Comprendo el significado y el sentido de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo
- Utilizo la expresión corporal y la danza como medios para mejorar mi ubicación espacio-temporal
- Practico actividades lúdicas, recreativas y deportivas en la naturaleza y a través de ellas cuido y respeto el medioambiente

FÍSICOMOTRIZ

- Aplico y utilizo hábitos relacionados con las expresiones motrices y el cuidado responsable del cuerpo, como el calentamiento y la relajación
- Experimento juegos, ejercicios y actividades con las habilidades motrices: locomotrices, equilibración y manipulativas
- Identifico las expresiones motrices jugadas como una oportunidad para mejorar mi salud, mi estética y las relaciones con los demás
- Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo
- Interpreto y aplico el principio de salud desde un enfoque de bienestar individual y colectivo en sus interacciones con la educación física, la recreación y el deporte
- Mejoro las capacidades físicas motrices mediante la práctica de las habilidades motrices en los juegos deportivos y recreativos
- Afianzo los patrones básicos de movimiento, mediante el ejercicio, los juegos y el deporte
- Utilizo las prácticas deportivas y recreativas como medios para la formación

SOCIOMOTRIZ

- Valoro mi propia habilidad motriz como punto de partida para alcanzar una superación personal y de equipo
- Valoro las capacidades y las habilidades que poseo en las diferentes expresiones motrices y la de mis compañeros y compañeras
- Adquiero compromisos personales y colectivos en las diferentes prácticas, actividades y juegos que realizo con mis compañeros y compañeras de clase
- Comprendo y aplico hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación
- Demuestro responsabilidad en el desarrollo de cada una de las prácticas y en el cuidado del material y de los compañeros y las compañeras
- Manifiesto sentimientos de respeto y afecto hacia los compañeros y las compañeras, valorando su creatividad y opinión en las actividades y los juegos
- Comparto mis conocimientos y habilidades con las personas de mi entorno: familia, escuela y barrio
- Valoro y practico los juegos tradicionales como medio de formación personal, cultural y por su aporte al aprendizaje y desarrollo de las habilidades motrices

Tabla 3.5 Estándares de competencias grados 6.º y 7.º





ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS GRADOS 4.º A 5.º

Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas

PERCEPTIVOMOTRIZ

- Consolido el concepto de imagen corporal por medio de diferentes actividades
- Propongo acciones para la construcción de un medioambiente favorable en mi comunidad, a través de la práctica de las habilidades motrices específicas según la expresión motriz
- Adopto posturas corporales que me permiten cuidar y mantener una buena salud, cuando practico hábitos de higiene que favorecen mi bienestar
- Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formasjugadas de las expresiones motrices
- Me ubico en el espacio y el tiempo durante las diferentes expresiones motrices practicadas, teniendo como referencia los puntos cardinales
- Participo en actividades grupales que implican movimientos de consciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimo mi creatividad y mi capacidad intelectual

FÍSICOMOTRIZ

- Comprendo las normas de seguridad en la práctica de las capacidades fisicomotrices que permiten el desarrollo de mi cuerpo
- Respeto la identidad y la sexualidad de mis compañeros y compañeras en cada uno de los espacios y las actividades integradoras que buscan estimular el desarrollo de las capacidades fisicomotrices
- Respeto las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento de las capacidades fisicomotrices, concertando con mis compañeros y compañeras las reglas de juego
- Reconozco los cambios físicos presentados durante mi desarrollo corporal, teniendo en cuenta la relación con el otro para el aumento gradual de las exigencias durante la práctica de expresiones motrices
- Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida saludable
- Identifico y reconozco los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los aplico adecuadamente en las expresiones motrices
- Practico y propongo juegos pre deportivos que favorezcan mi desarrollo personal y el de mis compañeros y compañeras
- Utilizo las capacidades físicas en la ejecución de las expresiones motrices, empleando una adecuada respiración en la ejecución de las tareas
- Valoro la actividad motriz como eje fundamental en mi desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio para el desarrollo de mis capacidades físicas
- Me adapto a los diferentes procesos de trabajo, teniendo como base las capacidades físicas en la realización de las actividades, siendo creativo e innovador en su aplicación
- Realizo, en forma secuencial, ejercicios para adquirir potencialidad en el desarrollo de mis capacidades físicas

SOCIOMOTRIZ

- Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a mis compañeros y compañeras cuando practicamos expresiones motrices
- Acepto las sugerencias dadas por el/la profesor/a y mis compañeros/as, como valor de sana convivencia, cuando participo en juegos de cooperación y oposición
- Me integro a través del juego, relacionándome con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúo con mis compañeros y compañeras
- Identifico las relaciones interpersonales, los valores de equidad y tolerancia que se presentan en las actividades motrices
- Acepto el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con mis compañeros y compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento de mi desempeño
- Conservo y protejo los ambientes naturales en los cuales realizo diferentes expresiones motrices, adquiriendo una conciencia ecológica en mi entorno
- Practico actividades ejecutadas en clase fuera del contexto escolar, mejorando mi calidad de vida en todo momento
- Participo de diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales como parte de mi función integral
- Realizo prácticas motrices que estimulan mi rendimiento dentro de los ámbitos sociales y culturales de la comunidad, utilizando eficientemente los recursos y elementos que nos ofrece el entorno

Tabla 3.4 Estándares de competencias grados 4.º a 5.º





FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO (LEY 115)

12. 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

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS (LEY 115)

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.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA

4°-5°

Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros y amigos.

6°-7°

Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

8°-9°

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

10°-11°

Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales



ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS DADAS EN LAS REDES DE CADA ÁREA

No aplica

INFORMACIÓN DE DISEÑOS PREVIOS

DISEÑO CURRICULAR 2024:

https://itagui-my.sharepoint.com/:w:/r/personal/coordinacionprovidenciaeve_itagui_edu_co/layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7B1432B324-5409-42BA-BE99-692CDAFD0ADF%7D&file=PLAN%20DE%20%C3%81REA%20EDUCACI%C3%93N%20F%C3%82SICA%202024.docx&action=default&mobileredirect=true

PROYECTOS TRANSVERSALES

PROYECTOS TRANSVERSALIZADOS

Educación en Tránsito y Seguridad vial. Ley 1503 2011.

Este proyecto se encuentra regulado por la ley 1503 de 2011, por medio de esta ley se pretende promover la formación de hábitos y conductas seguras en la vía, esto, a través de la educación vial, la responsabilidad social empresarial y acciones estatales y comunitarias.

Dicha ley se persiguen los siguientes objetivos:

Establecer lineamientos generales para la educación vial

Promover la formación de hábitos y comportamientos seguros en la vía

Desarrollar conductas y hábitos seguros en materia de seguridad vial

Formar criterios para evaluar las consecuencias de situaciones riesgosas.

El proyecto de Educación en Tránsito y Seguridad Vial tiene como objeto enseñar a las niñas, niños, adolescentes y jóvenes las normas, las diferentes señales y los comportamientos adecuados que permitan circular de manera segura.

Se pretende entonces, que cada estudiante pueda adquirir habilidades y actitudes que posibiliten transitar de forma segura, y así, de esta manera evitar los accidentes.

Todo lo anterior, fundamentado en el respeto por el derecho a la vida, a la movilidad, en el disfrute del espacio público, y en el reconocimiento y respeto por las normas y las leyes.”

Ahora, desde el área de Educación Física se proponen acciones que contribuyan al fortalecimiento del proyecto, a saber:

- Promover el respeto por las normas de tránsito cuando se realicen los desplazamientos al lugar de práctica.
- Diseñar con los estudiantes material educativo sobre las señales de tránsito.



- Promover el cruce de la calle por la cebra al realizar los desplazamientos a la cancha en bachillerato.
- Conversatorio sobre la seguridad vial y las normas de tránsito.
- Talleres sobre seguridad vial.

PROCESO DE INVESTIGACIÓN ESCOLAR

ESTRATEGIAS DEL AREA PARA EL FORTALECIMIENTO DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN ESCOLAR.

Desde la educación física se ha contribuido al proceso de investigación con actividades que fortalecen la capacidad de observación, análisis y búsqueda de información, como por ejemplo en la semana institucional donde los jóvenes del grado noveno deben planear un carrusel deportivo y ponen en práctica el rastreo bibliográfico, el pretest y el post test con la aplicación del carrusel deportivo a toda la institución.

Además, se establecen las siguientes estrategias:

- Proponer temáticas propias del área como objeto de futuros proyectos de investigación.
- Fortalecer el proceso de lectura de contexto en los estudiantes mediante la ejecución de actividades lúdicas.
- Fortalecer el análisis de gráficos y tablas mediante la aplicación de proceso estadístico a los resultados de evaluación de la condición física de los estudiantes.

Durante el año lectivo 2024 no se desarrollaron proyectos de investigación relacionados con temáticas del área, además, desde el área no se acompañó el desarrollo de proyectos.

NORMAS O CÓDIGOS DE PRÁCTICAS QUE LA IE SE HA COMPROMETIDO A IMPLEMENTAR

TRANSVERSALIZACIÓN DE LAS ÁREAS

Desde el área de educación física se transversalizan las competencias del área de ciencias naturales agrupadas por ciclos así:

Cuarto y quinto

Competencia	Aprendizaje	Evidencia
Explicación de fenómenos	Analizarán la importancia que tiene cada una de las funciones vitales del ser humano.	Establezco relaciones entre deporte y salud física y mental



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



Uso de conceptos	Identifica cómo se realizan funciones vitales tales como nutrición, respiración, circulación y excreción en la célula, en plantas y animales	Desarrollarán hábitos y actitudes que incrementen la curiosidad hacia el conocimiento de su propio cuerpo.
Explicación de fenómenos	Establezco relaciones entre microorganismos y salud.	Explica el funcionamiento de los diferentes sistemas del cuerpo humano.
Indagación	Comprende que en los seres vivos la nutrición involucra el funcionamiento integrado de un conjunto de sistemas de órganos: digestivo, respiratorio y circulatorio.	Identifica estructuras de los seres vivos que permiten desarrollarse en un entorno

Sexto y Séptimo

Competencia	Aprendizaje	Evidencia
Explicación de fenómenos	Analizar cómo los organismos viven, crecen, responden a estímulos del ambiente y se reproducen	Explica cómo funcionan los sistemas y los órganos de un organismo al realizar una función vital (nutrición, respiración, circulación).
Uso de conceptos	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Relaciona hábitos saludables con el mantenimiento de una buena salud.
Explicación de fenómenos	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Explica por qué ciertos hábitos saludables ayudan al mantenimiento de una buena salud.
Indagación	Comprender que a partir de la investigación científica se construyen explicaciones sobre el mundo natural.	Analiza qué tipo de pregunta puede ser contestada a partir del contexto de una investigación científica
Indagación	Observar y relacionar patrones en los datos para evaluar las predicciones.	Interpreta y analiza datos representados en texto, gráficas, dibujos, diagramas o tablas.

Octavo y Noveno

Competencia	Aprendizaje	Evidencia
Uso de conceptos	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Reconoce los efectos del ejercicio en la salud física y mental



Uso de conceptos	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Reconoce información en las etiquetas de productos Comerciales para realizar actividades y manipular herramientas y equipos
Uso de conceptos	Comprender el papel de la tecnología en el desarrollo de la sociedad actual	Reconoce el uso de avances tecnológicos en el cuidado De la salud.
Explicación de fenómenos	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Analiza necesidades de cuidado del cuerpo y del de otras personas para el mantenimiento de la salud individual y colectiva.
	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Explica el efecto de consumir sustancias nocivas para la salud y propone estrategias para evitar su consumo.
	Comprender la necesidad de seguir hábitos saludables para mantener la salud.	Establece relaciones entre el deporte y la salud física y mental.

Décimo y Once

Explicación de fenómenos	Analizar el potencial del uso de recursos naturales o artefactos y sus efectos sobre el entorno y la salud, así como las posibilidades de desarrollo para las comunidades.	Explica algunos principios para mantener la salud individual y la pública basado en principios biológicos, químicos y físicos.
	Analizar el potencial del uso de recursos naturales o artefactos y sus efectos sobre el entorno y la salud, así como las posibilidades de desarrollo para las comunidades	Explica cómo la explotación de un recurso o el uso de una tecnología tiene efectos positivos y/o negativos en las personas y en el entorno.

COMPETENCIAS PARA LAS ÁREAS TRANSVERSALES CON LAS MEDIAS TÉCNICAS SENA

Genero hábitos saludables en mi estilo de vida para prevenir riesgos ocupacionales de acuerdo con el diagnostico de mi condición física individual, la naturaleza y complejidad de mi desempeño laboral.
SALUD OCUPACIONAL



Aplico técnicas de cultura física para el mejoramiento de mi expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. ERGONOMIA

Desarrollo permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje. CULTURA FISICA

TECNOACADEMIA

No aplica

LEY 1421 DE 2017, DUA (DISEÑO UNIVERSAL DE APRENDIZAJE) Y PIAR (PLAN INDIVIDUAL DE AJUSTES RAZONABLES)

Los diagnósticos más comunes en la institución son:

Discapacidad psicosocial

Se brindarán espacios de relajación y de calma que le ayuden a concentrarse en el trabajo propuesto.

La evaluación estará presente para atender de forma operativa a la diversidad del alumnado.

Se evaluará la participación, grado de esfuerzo en el desarrollo de actividades prácticas.

Discapacidad intelectual:

Se favorecerá su autonomía mediante el desarrollo de actividades en la cual el estudiante tome sus propias decisiones en juegos y desarrollo de habilidades básicas de movimiento.

La evaluación estará presente para atender de forma operativa a la diversidad del alumnado.

Se evaluará la participación, grado de esfuerzo en el desarrollo de actividades prácticas.

Trastorno con déficit de atención con/sin hiperactividad.

Se ubicará al estudiante de manera que tenga la menor cantidad de estímulos exteriores posibles, las actividades se harán de manera diversa y cambiarán por lo menos cada 20 minutos.

La evaluación estará presente para atender de forma operativa a la diversidad del alumnado.

Se evaluará la participación, grado de esfuerzo en el desarrollo de actividades prácticas.

Discapacidad sistémica:

Por condiciones de salud se limitaciones y restringe la participación. Enfermedades cardiovasculares, sistema digestivo, metabólico, endocrino y de la piel.

La evaluación estará presente para atender de forma operativa a la diversidad del alumnado.

Se evaluará la participación, grado de esfuerzo en el desarrollo de actividades prácticas.

MODELO PEDAGÓGICO

El modelo constructivista se aplica en la Institución Educativa por medio de diferentes estrategias pedagógicas que están ampliamente documentadas, como el aprendizaje colaborativo, el aprendizaje en contexto, el aprendizaje significativo, el aprendizaje basado en problemas y basado en proyectos, y la educación basada en competencias, además de tener en cuenta las teorías planteadas por (Flecha, Ramón; Duque, Elena; García, Rocío; García, Paloma, García, Carme; Gómez, Jesús; Gómez, Aitor; Molina, Sílvia; Latorre, Antonio; Oliver, Esther; Puigdemívol, Ignasi; Puigvert, Lidia; Racionero, Sandra; Redondo Gisela, Sánchez, Montse; Soler, n.d.) en su proyecto Comunidades de Aprendizaje, donde



se plantea el constructivismo sociocultural de Vygotsky (1989a; 1995) que los procesos psicológicos superiores ocurren a partir de relaciones dialécticas de las personas con el medio, como una aproximación sociocultural de lo humano, entonces las actividades pedagógicas planteadas desde el área de educación física hacen énfasis en el aumento de las interacciones y la calidad de las mismas.

Con esta didáctica propia del área de educación física, la articulación con las estrategias evaluativas y su vinculación al modelo pedagógico se pretende que los alumnos y las alumnas tomen conciencia de la necesidad de los aprendizajes para afrontar los problemas que surgen al tratar de alcanzar los objetivos del juego, y que dicha toma de conciencia tenga lugar en el propio marco contextual y problemático. Y, por último, es preciso que los alumnos y las alumnas se involucren activamente en el proceso de aprendizaje, movilizando todos sus recursos cognitivos y motrices y tratando de relacionar lo que aprenden con lo que ya saben. Este último aspecto es, sobre todo, el que da sentido a la idea constructivista.

En otras palabras, se trata de valorar la importancia que tiene el que los alumnos y las alumnas tengan una cierta idea acerca de cuestiones tales como el qué, el para qué, el porqué y el cuándo de su conducta, cuestiones que dan contexto, sentido, significado y funcionalidad al cómo de sus acciones, ya que sin un mínimo conocimiento acerca de la respuesta a tales cuestiones el alumnado termina por situarse frente a un aprendizaje mecánico, dependiente y, seguramente, poco eficaz, respecto a la consecución de los objetivos de la actividad deportiva correspondiente.

GUIAS PRIMERA INFANCIA (ISO 21001)

No aplica

ALTO PORCENTAJE DE ESTUDIANTES CON DESEMPEÑO BAJO “PLANES DE MEJORAMIENTO ACADÉMICO”

- Con el fin de dar cumplimiento a la ley 2420 del 20224 desde el área se implementan las siguientes acciones:
- Con relación a la recuperación de las competencias básicas el área propende por estructurar el plan de estudios partiendo de las competencias básicas establecidas por el MEN, además, se diseñan actividades considerando el nivel de desarrollo de las diferentes competencias en los estudiantes.
- En cuanto a las estrategias de nivelación, el área ejecuta los planes de mejoramiento como lo establece la Institución. Además, para favorecer la aprobación de los estudiantes en el área se realizarán planes de mejoramiento continuos que permitan el fortalecimiento de competencias débiles.



- En la planeación y diseño de actividades del área prevalecerá aquellas que incluyan los intereses y maneras de aprender de los estudiantes para motivar el trabajo autónomo y responsable para alcanzar desempeños superiores.

Ley 2420/24

Con el fin de superar el rezago, producto del aislamiento obligatorio, el área de Educación Física, implementa estrategias orientadas a dos aspectos, a saber:

- Superación de las brechas de aprendizaje, en este aspecto, el área de Educación Física se plantean dos tipos de estrategias:
 - Programas de recuperación y refuerzos: este incluye el diseño de talleres adicionales donde se propone la ejecución de actividades recreativas, deportivas y de acondicionamiento físico.
 - Actividades de transversalización de las áreas, estas incluyen actividades que integren conocimientos propios del área con la Estadística, Fisiología del Ejercicio y Biología.
- Gestionar los riesgos surgido con el aislamiento obligatorio: en este sentido, se realiza un énfasis en la salud mental y bienestar físico. Para este fin se adelantan sesiones donde se trabajen estrategias sencillas para el manejo del Estrés y la Ansiedad; como lo es el manejo de la respiración consciente y la promoción de actividad física como estrategia útil para este fin.



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

GRADO: CUARTO

I.H.S: 2 hora semanales

META POR CICLO: Al terminar el grado quinto los estudiantes utilizarán las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en su entorno, para interactuar con los compañeros, compañeras, amigos y amigas

OBJETIVO POR AÑO: Desarrollar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con los compañeros, compañeras y amigos y amigas

PERIODO I

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA (LA PROPUESTA)

PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico motriz: Participa en actividades que	Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus	Programa de alimentación escolar (PAE)	Explicación de normas de clase (convivencia) y hábitos de higiene. Exposición de programa PAE	Identifica de los diferentes implementos que se utilizan para la realización de los ejercicios.



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



<p>mejoran la capacidad de movimiento.</p> <p>Socio motriz: Mejorar la capacidad de mover cada parte de su cuerpo.</p> <p>Perceptivo-motriz: Aplicar los conocimientos en las prácticas deportivas</p>	<p>combinaciones , a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas</p>	<p>Los buenos modales en la mesa.</p> <p>Normas básicas de comportamiento</p> <p>Malos gestos y comportamientos en la mesa.</p> <p>Imagen, concepto y esquema corporal.</p> <p>Auto aceptación, diversidad y respeto</p> <p>Juegos integradores jerarquizados e intergeneracionales</p> <p>Ejercicios de reconocimiento, de re-significación de acuerdos y normas. Interclases festivos</p>	<p>Aplicación de ejercicios de habilidades motrices básicas (como caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar, cuadrupedia, rodar, trepar, escalar, reptar y golpear etc.)</p> <p>Aplicación de Juegos lúdicos y recreativos en equipos e individuales.</p> <p>Práctica de ejercicios de imagen y esquema corporal con y sin implementos.</p> <p>Prácticas de juegos reglados en deportes individuales y en equipo.</p> <p>Práctica de juegos de equilibrio en variadas superficies.</p> <p>Practica de los sentidos, los espacios, las texturas, el peso y la temperatura, en movimiento y estáticos.</p>	<p>Demuestra una actitud positiva al practicar actividades físicas y recreativas.</p>
--	--	---	--	---

PERIODO II

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST
(DISEÑO EXPERIMENTAL)

PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA
COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
(DISEÑO DE EXPERIMENTO)



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico motriz: Participa en actividades que mejoran la capacidad de movimiento.</p> <p>Socio motriz: Mejorar la capacidad de mover cada parte de su cuerpo.</p> <p>Perceptivo-motriz: Aplicar los conocimientos en las prácticas deportivas</p>	<p>Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos</p>	<p>Programa de alimentación escolar (PAE) Alimentación saludable Características debe tener una alimentación saludable Rítmico – danzarías, artísticas, ludo recreativas Habilidades Físicas: Velocidad, fuerza, resistencia, equilibrio, ritmo, flexibilidad, agilidad. Capacidades de Coordinación - Flexibilidad - Equilibrio - Capacidades coordinativas derivadas: agilidad, destreza, precisión, fluidez. Habilidades asociadas a los deportes de conjunto Motricidad fina y gruesa</p>	<p>Explicación teórica de alimentación saludable, observación de video y realización de guía de video. Practica de bailes tradicionales y modernos individual y por parejas. Práctica de juegos lúdicos y recreativos asociados a la danza. Practica de circuitos de las habilidades y capacidades físicas básicas. Practica de circuitos de las habilidades y capacidades físicas básicas asociadas a los deportes de conjunto. Práctica de deportes de conjunto y reglamento. Practica de actividades grupales Utilizando la motricidad fina con diferentes materiales, para desarrollar creaciones artísticas</p>	<p>Identifica de los diferentes implementos que se utilizan para la realización de los ejercicios Controla su cuerpo en los ejercicios de agilidad y práctica deportiva. Reconoce sus fortalezas y debilidades en el desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a sus compañeros y compañeras en prácticas de expresiones motrices.</p>



PERIODO III

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDAR ES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico motriz: Participa en actividades que mejoran la capacidad de movimiento.</p> <p>Socio motriz: Mejorar la capacidad de mover cada parte de su cuerpo.</p> <p>Perceptivo-motriz: Aplicar los conocimientos en las prácticas deportivas</p>	<p>Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar</p>	<p>Programa de alimentación escolar (PAE)</p> <p>Ejercicio físico, deporte y alimentación saludable.</p> <p>Cómo influye la sana alimentación y el deporte en la salud.</p> <p>Que es el ejercicio físico y la sana alimentación saludable.</p> <p>Juegos Predeportivos.</p> <p>Baloncesto, Voleibol, Fútbol.</p> <p>Atletismo.</p> <p>Juegos tradicionales de la región.</p> <p>Juegos de roles jerarquizados y reglamentados.</p> <p>Desarrollo de actitudes de liderazgo.</p> <p>Patrones básicos de movimiento.</p>	<p>Taller de alimentación saludable y deporte.</p> <p>Video y guía de video de alimentación saludable y deporte.</p> <p>Práctica de juegos Predeportivos reglados.</p> <p>Práctica de deportes de conjunto voleibol, baloncesto y futbol, aplicando normas de juego y reglas básicas.</p> <p>Practica de ejercicios Predeportivos al atletismo.</p>	<p>Participa en actividades lúdico-recreativas que mejoran su salud.</p> <p>Propone acciones para la construcción de un medioambiente favorable en mi comunidad, a través de la práctica de las habilidades motrices específicas según la expresión motriz</p> <p>Demuestra respeto, compañerismo, disciplina, cooperación por medio de los juegos.</p> <p>Reconozco los juegos tradicionales propios de mi región y los practico con mis amigos y amigas</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



	con mis compañeros compañeras y amigos y amigas		Prácticas de juegos tradicionales propios de mi región. Practica de los patrones básicos de movimiento, como: caminar, saltar, correr, en diferentes espacios que me permiten actuar en mi entorno. Práctica de lanzamientos y recepciones con diferentes objetos y a varias distancias. Practica de actividades de desplazamiento con diferentes elementos, objetos y móviles,	
--	---	--	---	--

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	GRADO: QUINTO	I.H.S: 2 hora semanales
META POR CICLO: Al terminar el grado quinto los estudiantes utilizarán las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en su entorno, para interactuar con los compañeros, compañeras, amigos y amigas.		



OBJETIVO POR AÑO: Perfeccionar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con los compañeros, compañeras y amigos y amigas

PERIODO I

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA **(LA PROPUESTA)**

PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico motriz: Participa en actividades que mejoran la capacidad de movimiento.</p> <p>Socio motriz: Mejorar la capacidad de mover cada parte de su cuerpo.</p> <p>Perceptivo-motriz: Aplicar los conocimientos en las prácticas deportivas</p>	<p>Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones , a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas</p>	<p>Programa de alimentación escolar (PAE) Los buenos modales en la mesa. Normas básicas de comportamiento Malos gestos y comportamientos en la mesa. Imagen, concepto y esquema corporal. Auto aceptación, diversidad y respeto Juegos integradores jerarquizados e intergeneracionales Ejercicios de reconocimiento, de re-</p>	<p>Explicación de normas de clase (convivencia) y hábitos de higiene. Exposición de programa PAE Aplicación de ejercicios de habilidades motrices básicas (como caminar, correr, saltar, lanzar y atrapar, cuadrupedia, rodar, trepar, escalar, reptar y golpear etc.) Aplicación de Juegos lúdicos y recreativos en equipos e individuales. Práctica de ejercicios de imagen y esquema corporal con y sin implementos.</p>	<p>Identificación de los diferentes implementos que se utilizan para la realización de los ejercicios. Demuestra una actitud positiva al practicar actividades físicas y recreativas.</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



significación de acuerdos y normas. Intercalases festivos

Prácticas de juegos reglados en deportes individuales y en equipo.
Práctica de juegos de equilibrio en variadas superficies.
Practica de los sentidos, los espacios, las texturas, el peso y la temperatura, en movimiento y estáticos.

PERIODO II

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST (DISEÑO EXPERIMENTAL)

PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (DISEÑO DE EXPERIMENTO)

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico motriz: Participa en	Fortalezco mis habilidades motrices	Programa de alimentación escolar (PAE)	Explicación teórica de alimentación saludable,	Identifica los diferentes implementos que se utilizan para la realización de los ejercicios.



<p>actividades que mejoran la capacidad de movimiento. Socio motriz: Mejorar la capacidad de mover cada parte de su cuerpo. Perceptivo-motriz: Aplicar los conocimientos en las prácticas deportivas</p>	<p>básicas y sus combinaciones , a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas</p>	<p>Alimentación saludable Características debe tener una alimentación saludable Rítmico – danzarias, artísticas, ludo recreativas Habilidades Físicas: Velocidad, fuerza, resistencia, equilibrio, ritmo, flexibilidad, agilidad. Capacidades de Coordinación - Flexibilidad - Equilibrio - Capacidades coordinativas derivadas: agilidad, destreza, precisión, fluidez. Habilidades asociadas a los deportes de conjunto Motricidad fina y gruesa</p>	<p>observación de video y realización de guía de video. Practica de bailes tradicionales y modernos individual y por parejas. Práctica de juegos lúdicos y recreativos asociados a la danza. Practica de circuitos de las habilidades y capacidades físicas básicas. Practica de circuitos de las habilidades y capacidades físicas básicas asociadas a los deportes de conjunto. Práctica de deportes de conjunto y reglamento. Practica de actividades grupales Utilizando la motricidad fina con diferentes materiales, para desarrollar creaciones artísticas</p>	<p>Controla de su cuerpo en los ejercicios de agilidad y práctica de ejercicios lúdicos-deportivos. Fortalece los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.</p>
--	--	--	---	---

PERIODO III



EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJE	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico motriz: Participa en actividades que mejoran la capacidad de movimiento.</p> <p>Socio motriz: Mejorar la capacidad de mover cada parte de su cuerpo.</p> <p>Perceptivo-motriz: Aplicar los conocimientos en las prácticas deportivas</p>	<p>Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas</p>	<p>Programa de alimentación escolar (PAE)</p> <p>Ejercicio físico, deporte y alimentación saludable.</p> <p>Cómo influye la sana alimentación y el deporte en la salud.</p> <p>Que es el ejercicio físico y la sana alimentación saludable.</p> <p>Juegos Predeportivos.</p> <p>Baloncesto, Voleibol, Fútbol.</p> <p>Atletismo.</p> <p>Juegos tradicionales de la región.</p> <p>Juegos de roles jerarquizados y reglamentados.</p> <p>Desarrollo de actitudes de liderazgo.</p> <p>Patrones básicos de movimiento.</p>	<p>Taller de alimentación saludable y deporte.</p> <p>Video y guía de video de alimentación saludable y deporte.</p> <p>Práctica de juegos Predeportivos reglados.</p> <p>Práctica de deportes de conjunto voleibol, baloncesto y futbol, aplicando normas de juego y reglas básicas.</p> <p>Practica de ejercicios Predeportivos al atletismo.</p> <p>Prácticas de juegos tradicionales propios de mi región.</p> <p>Practica de los patrones básicos de movimiento, como: caminar, saltar, correr, en diferentes espacios que me permiten actuar en mi entorno.</p> <p>Práctica de lanzamientos y</p>	<p>Participa en actividades que mejoran su salud.</p> <p>Se integra a través del juego, relacionándose con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúa con sus compañeros y compañeras.</p> <p>Demuestra respeto, compañerismo, disciplina, cooperación por medio de los juegos ´practicados en clase.</p> <p>Reconozco los juegos tradicionales propios de mi región y los practico con mis amigos y amigas</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



recepciones con diferentes objetos y a varias distancias. Practica de actividades de desplazamiento con diferentes elementos, objetos y móviles

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

GRADO: SEXTO

I.H.S: 2 hora semanales

META POR CICLO: Al finalizar el grado séptimo los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR AÑO: Conocer y aplicar las diferentes habilidades motrices específicas a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

PERIODO I

**EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA (LA PROPUESTA)****PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA**

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-Motriz: Aplico las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase</p> <p>Perceptivo-motriz: Interpreto y aplico el principio de salud desde un enfoque de bienestar individual y colectivo en sus interacciones con la educación física, la recreación y el deporte comprendo diferentes técnicas de expresión</p>	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Reglamento de educación física</p> <p>Patrones de locomoción</p> <p>Habilidades y capacidades físicas</p> <p>El calentamiento, conceptualización y aplicación.</p> <p>Alimentación saludable.</p> <p>El estiramiento, conceptualización y aplicación.</p> <p>Proyecto de alimentación escolar</p> <p>Proyecto de tiempo libre.</p> <p>patrones de locomoción en juegos pre-deportivos</p>	<p>Dinámica, explicación del reglamento interno de educación física.</p> <p>Videos y desarrollo de guía de video sobre hábitos de higiene.</p> <p>Elaboración de ficha médica</p> <p>Prácticas de las posturas básicas de los patrones de locomoción.</p> <p>Explicación teórica de hábitos de higiene y aplicación.</p> <p>Explicación de los beneficios de la alimentación saludable y desarrollo de taller.</p> <p>Aplicación de los patrones de locomoción a los juegos Predeportivos</p> <p>Explicación teórica del estiramiento y aplicación.</p>	<p>Reconoce la importancia de aplicar los principios básicos de atención, respeto, esfuerzo y hábitos de higiene para el correcto desarrollo de las clases de Educación física.</p> <p>Reconoce la importancia de la actividad física y se propone la práctica permanente de las normas de clase para el cuidado de la salud y la sana convivencia</p> <p>Realiza actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.</p> <p>Aplica sus habilidades motrices específicas en la realización de las actividades pedagógicas propuestas.</p> <p>Analiza y comprende las habilidades motrices específicas, y la teoría básica del calentamiento.</p> <p>Reconozco y utilizo los parámetros de crecimiento del IMC para el beneficio de mi salud</p>



corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.

Socio-motriz:
Comprendo y aplico hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación.

Elaboración de guía de video del estiramiento.

Ejercicios de patrones de locomoción asociados a el atletismo.

Juegos recreativos con implementos de locomoción por equipos.

PERIODO II

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST (**DISEÑO EXPERIMENTAL**)

PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (DISEÑO DE EXPERIMENTO)



COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico motriz: Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades</p> <p>Perceptivo-motriz: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio motriz: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Habilidades y Capacidades físicas básicas. Coordinación dinámica viso-manual. Patrones de manipulación. Conceptualización de los patrones de manipulación (golpear, empujar, rebotar y driblar). Sistema óseo. Balón mano. juegos Predeportivos Habilidades físicas básicas Juegos recreativos y de la calle</p>	<p>Ejercicios con implementos de Capacidades físicas básicas. Elaboración de material didáctico para los patrones de manipulación (pelota de trapo). Ejercicios de lanzar pasar y recibir con la pelota de trapo. Deporte de interés Ejercicios asociados a los deportes de empujar, golpear, rebotar y driblar. Empujar con un segmento corporal, con objetos desde diferentes posiciones. juegos pre deportivos al balón mano. Ejercicios de manipulación asociados</p>	<p>Aplica las habilidades motrices específicas, en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.</p> <p>Aplica de las capacidades físicas coordinativas en la realización de diferentes actividades.</p> <p>Comprende y aplica de los patrones de manipulación y la conceptualización del sistema óseo.</p> <p>Ejecuta actividades y ejercicios de los patrones de manipulación mediante las actividades formativas propuestas en clase tales como: lanzar, recibir, golpear, driblar, rebotar pasar de acuerdo a su desarrollo psicomotriz.</p>



			<p>al voleibol, baloncesto y balón mano.</p> <p>Video del sistema óseo y desarrollo de guía. deporte de interés.</p> <p>Practica de balón-mano, baloncesto y voleibol.</p> <p>Predeportivos que involucren los patrones de manipulación.</p> <p>Juegos predeportivos asociados a los deportes Kitbol, voley-futbol-ponchado, salto de lazo.</p> <p>Circuito de habilidades físicas básicas de los patrones de manipulación.</p> <p>Conceptos teóricos de patrones de manipulación. Ejercicios de lanzar, pasar y recibir.</p>	
--	--	--	---	--

PERIODO III



EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS		PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS		
COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDAR ES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Fisco-Motriz: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>Perceptivo-motriz: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Preparación física aplicada a los patrones de equilibrio.</p> <p>Juegos predeportivos y recreativos.</p> <p>Juegos recreativos y de la calle.</p> <p>juegos tradicionales lúdicos y recreativos.</p> <p>Juegos predeportivos con lazo.</p> <p>Juegos prederpotivos aplicados a los patrones de movimiento</p> <p>Hidratación (sudoración)</p> <p>Sistema muscular</p>	<p>Consulta de juegos tradicionales lúdicos y recreativos.</p> <p>Explicación, taller y aplicación de la teoría del Sistema muscular, ejercicios asociados a la flexibilidad individual y por parejas, trabajo físico de fuerza, resistencia.</p> <p>Repaso de posiciones invertidas, giros y vueltas; Pirámides en quipos.</p> <p>Juegos recreativos y pre deportivos de Elección individual.</p> <p>Juegos prederpotivos en quipo.</p> <p>Juegos recreativos y de la calle.</p>	<p>Relaciona las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de las emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>



Exposición de juegos en equipos de 4 alumnos.
Repaso de posiciones invertidas, giros y vueltas; Pirámides en quipos.
Evaluación de posturas básicas y pirámides.
Juegos Predeportivos.
Juegos individuales por parejas y en grupo.
Competencias.
Práctica de juegos de mesa por equipos.
Juegos Predeportivos al microfútbol y balonmano.
Práctica de deporte de interés.

**DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO**



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

GRADO: SÉPTIMO

I.H.S: 2 hora semanales

META POR CICLO: Al finalizar el grado séptimo los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR AÑO: Perfeccionar las diferentes habilidades motrices específicas a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.
demostrando una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego.

PERIODO I

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA (LA PROPUESTA)

PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
-----------------------------------	------------	--------------	---------	-----------



<p>Físico-Motriz: Aplico las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase</p> <p>Perceptivo-motriz: comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Comprendo y aplico hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación.</p>	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Reglamento de educación física</p> <p>Patrones de locomoción</p> <p>Habilidades y capacidades físicas</p> <p>El calentamiento, conceptualización y aplicación.</p> <p>Alimentación saludable.</p> <p>El estiramiento, conceptualización y aplicación.</p> <p>Proyecto de alimentación escolar</p> <p>Proyecto de tiempo libre.</p> <p>patrones de locomoción en juegos pre-deportivos</p>	<p>Dinámica, explicación del reglamento interno de educación física.</p> <p>Videos y desarrollo de guía de video sobre hábitos de higiene.</p> <p>Elaboración de ficha médica</p> <p>Prácticas de las posturas básicas de los patrones de locomoción.</p> <p>Explicación teórica de hábitos de higiene y aplicación.</p> <p>Explicación de los beneficios de la alimentación saludable</p> <p>desarrollo de taller.</p> <p>Aplicación de los patrones de locomoción a los juegos Predeportivos</p> <p>Explicación teórica del estiramiento y aplicación.</p> <p>Elaboración de guía de video del estiramiento.</p> <p>Ejercicios de patrones de locomoción asociados a el atletismo.</p> <p>Juegos recreativos con implementos de locomoción por equipos.</p>	<p>Reconoce la importancia de aplicar los principios básicos de atención, respeto, esfuerzo y hábitos de higiene para el correcto desarrollo de las clases de Educación física.</p> <p>Reconoce la importancia de la actividad física y se propone la práctica permanente de las normas de clase para el cuidado de la salud y la sana convivencia</p> <p>Realiza actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.</p> <p>Aplica sus habilidades motrices específicas en la realización de las actividades pedagógicas propuestas.</p> <p>Analiza y comprende las habilidades motrices específicas, y la teoría básica del calentamiento.</p>
--	--	--	---	--

**PERIODO II****EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST
(DISEÑO EXPERIMENTAL)****PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA
COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
(DISEÑO DE EXPERIMENTO)**

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico motriz: Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades</p> <p>Perceptivo-motriz: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en</p>	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura</p>	<p>Habilidades y Capacidades físicas básicas. Coordinación dinámica viso-manual. Patrones de manipulación. Conceptualización de los patrones de manipulación (golpear, empujar, rebotar y driblar). Sistema óseo. Balón mano. juegos Predeportivos Habilidades físicas básicas Juegos recreativos y de la calle</p>	<p>Ejercicios con implementos de Capacidades físicas básicas. Elaboración de material didáctico para los patrones de manipulación (pelota de trapo). Ejercicios de lanzar pasar y recibir con la pelota de trapo. Deporte de interés Ejercicios asociados a los deportes de empujar,</p>	<p>Aplica las habilidades motrices específicas, en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.</p> <p>Aplica las capacidades físicas coordinativas en la realización de diferentes actividades.</p> <p>Comprende y aplica los patrones de manipulación y la conceptualización del calentamiento.</p> <p>Realiza los saltos con la cuerda (cruzada, cambiando de pie con desplazamientos etc.) de manera coordinada.</p> <p>Trabaja en forma armónica todas sus capacidades físicas, las cuales son condicionantes para un buen rendimiento físico.</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



<p>situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio motriz: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>local y regional</p>		<p>golpear, rebotar y driblar.</p> <p>Empujar con un segmento corporal, con objetos desde diferentes posiciones.</p> <p>juegos pre deportivos al balón mano.</p> <p>Ejercicios de manipulación asociados al voleibol, baloncesto y balón mano.</p> <p>Video del sistema óseo y desarrollo de guía. deporte de interés.</p> <p>Practica de balón-mano, baloncesto y voleibol.</p> <p>Predeportivos que involucren los patrones de manipulación.</p> <p>Juegos predeportivos asociados a los deportes Kitbol, voley-futbol-ponchado, salto de lazo.</p> <p>Circuito de habilidades físicas básicas de los patrones de manipulación.</p>	<p>Identifica los conceptos básicos del sistema locomotor y su relación con el deporte y la salud.</p> <p>Ejecuta actividades y ejercicios de los patrones de manipulación mediante las actividades formativas propuestas en clase tales como: lanzar, recibir, golpear, driblar, rebotar pasar de acuerdo a su desarrollo psicomotriz.</p> <p>Experimento juegos, ejercicios y actividades con las habilidades motrices manipulativas.</p>
--	-------------------------	--	---	---



Conceptos teóricos de patrones de manipulación. Ejercicios de lanzar, pasar y recibir.

PERIODO III**EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS****PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS**

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Fisco-Motriz: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>Perceptivo-motriz: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en</p>	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan</p>	<p>Preparación física aplicada a los patrones de equilibrio. Juegos predeportivos y recreativos. Juegos recreativos y de la calle. juegos tradicionales lúdicos y recreativos. Juegos predeportivos con lazo. Juegos de mesa. Juegos predeportivos aplicados a los patrones de movimiento Sistema muscular</p>	<p>Consulta de juegos tradicionales lúdicos y recreativos. Explicación, taller y aplicación de la teoría del sistema muscular, ejercicios asociados a la flexibilidad individual y por parejas, trabajo físico de fuerza, resistencia. Repaso de posiciones invertidas, giros y</p>	<p>Relaciona las variaciones del crecimiento de la cuerpo con la realización de movimientos. Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física. Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida. Ejecuta actividades y ejercicios de los patrones de equilibrio mediante las actividades formativas propuestas en clase tales como: posturas básicas (acostado, sentado, arrodillado, suspendido y de pie), giros y posiciones invertidas.</p>



<p>situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>		<p>vueltas; Pirámides en quipos.</p> <p>Juegos recreativos y pre deportivos de Elección individual.</p> <p>Juegos predeportivos en quipo.</p> <p>Juegos recreativos y de la calle.</p> <p>Exposición de juegos en equipos de 4 alumnos.</p> <p>Repaso de posiciones invertidas, giros y vueltas; Pirámides en quipos.</p> <p>Evaluación de posturas básicas y pirámides.</p> <p>Juegos Predeportivos.</p> <p>Juegos individuales por parejas y en grupo.</p> <p>Competencias.</p> <p>Práctica de juegos de mesa por equipos.</p> <p>Juegos Predeportivos al microfútbol y balonmano.</p>	
--	---	--	--	--



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



Práctica de deporte de interés.

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

GRADO: OCTAVO

I.H.S: 2 hora semanales

META POR CICLO: Al terminar el grado noveno los estudiantes estarán en capacidad de utilizar sus habilidades y capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que les permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que los rodean y los espacios en que habitan.

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

**PERIODO I****EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA (LA PROPUESTA)****PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA**

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-Motriz: Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.</p> <p>Perceptivo-motriz: Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.</p>	<p>Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>Normas de clase Ficha médica. Capacidades coordinativas básicas. Hidratación. Destrezas motoras básicas aplicadas a él bádminon. Juegos lúdicos y recreativos de las destrezas motoras básicas. Actividades que incluyen elementos espaciales, temporales, posturales, rítmicos etc. Y estimulaciones de diferente índole. Programa de alimentación escolar (PAE) Marco legal, finalidad, Financiación y funcionamiento del programa, normas de etiqueta en la mesa Implementación y desarrollo de múltiples acciones que promuevan</p>	<p>Explicación de Hábitos de higiene. Explicación del reglamento de educación física Juegos lúdicos y recreativos de las destrezas motoras básicas. Actividades prácticas de Capacidades coordinativas. Elaboración de ficha medica Explicación del IMC y llenar la ficha médica y toma de perímetros. Test de cooper y juegos recreativos Circuito físico capacidades Aplicación circuito físico y trabajo teórico de hidratarlo. Circuito de capacidades físicas con elementos. Circuito con implementos de capacidades coordinativas. Juegos deportivos de conjunto que desarrollen las destrezas motoras locomotrices: Doblar,</p>	<p>Utiliza el ejercicio físico como medio para la formación física y el logro de valores del respeto, la alegría y la sana competencia. Disfruta de forma eficiente y oportuna las actividades asignadas en clase. Medición de su condición física a partir de la realización de pruebas físicas específicas. Adquisición de conocimiento relacionados con hábitos saludables en su vida diaria. Reconozco y utilizo los parámetros de crecimiento del IMC para el beneficio de mi salud</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



reflexiones profundas individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo, valoración y respeta la diferencia.

estirar, torcer, virar y combinaciones de los mismos.
 Destrezas motoras manipulativas: Lanzar, atrapar, golpear, patear, batear, empujar, levantar
 Actividades de aprendizaje del bádminton y ejercicios de coordinación.
 Calentamiento trote y estiramiento
 Actividades de destrezas motoras de manipulación y locomoción con elementos específicos

PERIODO II

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST (DISEÑO EXPERIMENTAL)

PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (DISEÑO DE EXPERIMENTO)

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico-Motriz: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi	Afianzo y fortalezo las habilidades y las	Historia del baloncesto y fundamentación.	Presentación de reglamento y la historia del baloncesto por medio de video,	Incrementa las capacidades físicas, en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano. Aplica de las capacidades físicas



<p>cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>Perceptivo-motriz: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>Historia del baloncesto Regla 1 y 2 El juego, dimensiones y materiales.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 3 equipo arbitral y comisario y obligaciones.</p> <p>Sistema muscular</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 4 equipos</p> <p>Plan de mejoramiento.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 5 reglamentación del juego, resumen.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 6 violaciones.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 7 Faltas</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 8 disposiciones generales</p>	<p>desarrollar ficha de video. Predeportivos al baloncesto.</p> <p>Presentación de video sobre la historia del baloncesto y registro en ficha. Fundamentación Dribling, lanzamiento, conducción y predeprotivos.</p> <p>consulta sobre reglamento,</p> <p>Fundamentación básica en dribling, cambio de dirección y pases y detención en uno y dos tiempos.</p> <p>Exposición de la historia del baloncesto y las delimitaciones del terreno de juego por medio de exposiciones.</p> <p>Realizar fundamentación básica al doble ritmo.</p> <p>Presentación de video.</p> <p>Desarrollo de taller</p>	<p>coordinativas en la realización de diferentes actividades.</p> <p>Juega en equipo de forma responsable, aplicando los conceptos técnicos y tácticos adquiridos en los deportes de conjunto.</p> <p>Aplica los fundamentos técnicos de los deportes individuales y de conjunto mostrando habilidad y destreza en su ejecución.</p> <p>Desarrolla habilidades del movimiento en diversas situaciones y contextos, combinando diferentes movimientos de un deporte específico para un buen desarrollo físico y armónico.</p>
---	---	--	---	--



			<p>individual. Deporte de interés.</p> <p>exposiciones de fundamentación básica al doble ritmo.</p> <p>Fundamentación en el doble ritmo lado izquierdo y predeportivos. Al lanzamiento</p> <p>Fundamentación en el doble ritmo, Trenza y lanzamiento, por ambos lados y evaluación.</p> <p>Predeportivos, Al lanzamiento.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 6 violaciones.</p> <p>Fundamentación en el doble ritmo, Trenza y lanzamiento, por ambos lados y evaluación.</p> <p>Predeprotivos, Al lanzamiento.</p> <p>Aplicación de los fundamentos básicos al</p>	
--	--	--	--	--



juego. Partidos por equipos
Torneo relámpago de baloncesto.
Clase dirigida a la práctica de juegos tradicionales.

PERIODO III**EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS****PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS**

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico-Motriz: Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal. Perceptivo-motriz: Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en	Afianzo y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones	Preparación física aplicada al voleibol Dimensiones y materiales. formas jugadas Historia del voleibol, Reglas básicas del voleibol. Calentamiento. Juegos tradicionales. Funciones y características de los jugadores.	Practica de ejercicios de desplazamiento, soldabilidad, velocidad y flexibilidad aplicados. taller teórico de voleibol. Ejercicios de transporte del balón, con posiciones básicas. Ejercicios de posiciones en la cancha, e Inicio del juego por equipos.	Realizar trabajo colaborativo en la aplicación de actividades motrices básicas y complejas. Ejecuta de los fundamentos técnicos del voleibol golpe de antebrazo, golpe de dedos y saque. Desarrolla habilidades del movimiento en diversas situaciones y contextos, combinando diferentes movimientos de un deporte específico (Voleibol) para un buen desarrollo físico y armónico.



<p>situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz:</p> <p>Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.</p>	<p>motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>Fundamentos y Términos específicos del voleibol.</p> <p>Señales de los árbitros durante el juego.</p> <p>Recordar el objetivo de aprendizaje en cada clase y su aplicación en la vida cotidiana y en su proyecto de vida.</p> <p>Prueba físico – técnica.</p> <p>Juegos técnico-Tácticos.</p> <p>Ejercicios físicos con y sin balón</p>	<p>Realizar preparación física sin implementos.</p> <p>Dibujar la cancha de juego con sus dimensiones y materiales</p> <p>Sensibilización al balón y el terreno de juego.</p> <p>Aplicación de Fundamentación técnica de gestos básicos.</p> <p>Guía de video: https://youtu.be/g_cEEfWjvcc motivación.</p> <p>Práctica del voleibol aplicando reglas básicas</p> <p>Explicación del reglamento y zonas de juego.</p> <p>Reglas básicas del juego.</p> <p>Sistema de puntuación del voleibol</p> <p>Práctica de habilidades técnicas de carácter global.</p> <p>Práctica de juegos predeportivos de iniciación al voleibol,</p>	<p>Utiliza positivamente el tiempo libre a través de las actividades físicas, deportivas y recreativas.</p>
---	--	--	--	---



			<p>adaptando las reglas básicas de este deporte.</p> <p>Organización de equipos y campeonatos de voleibol adaptado con agrupaciones diversas. (por sorteo, por afinidad, por nivel)</p> <p>Practica aplicada con equipos</p> <p>Fundamentación técnica de gestos básicos.</p> <p>Aplicación de las básicas del voleibol en situaciones de juego.</p> <p>torneo de voleibol.</p>	
--	--	--	---	--

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	GRADO: NOVENO	I.H.S: 2 hora semanales
---	----------------------	--------------------------------



META POR CICLO: Al terminar el grado noveno los estudiantes estarán en capacidad de utilizar sus habilidades y capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que les permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que los rodean y los espacios en que habitan.

OBJETIVO POR AÑO: Fortalezco adecuadamente las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

PERIODO I

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA (LA PROPUESTA)

PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico-Motriz: Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal. Perceptivo-motriz: Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en	Afianzo y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un	Normas de clase Ficha médica. Capacidades coordinativas básicas. Hidratación. Destrezas motoras básicas aplicadas a él bádminon. Juegos lúdicos y recreativos de las	Explicación de Hábitos de higiene. Explicación del reglamento de educación física Juegos lúdicos y recreativos de las destrezas motoras básicas. Actividades prácticas de Capacidades coordinativas. Elaboración de ficha medica	Utiliza el ejercicio físico como medio para la formación física y el logro de valores del respeto, la alegría y la sana competencia. Medición de su condición física a partir de la realización de pruebas físicas específicas. Adquisición de conocimientos relacionados con hábitos saludables en su vida diaria. Reconozco y utilizo los parámetros de crecimiento del IMC para el beneficio de mi salud



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



<p>situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz:</p> <p>Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.</p>	<p>estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>destrezas motoras básicas.</p> <p>Actividades que incluyen elementos espaciales, temporales, posturales, rítmicos etc.</p> <p>Y estimulaciones sensorceptivas de diferente índole.</p> <p>Programa de alimentación escolar (PAE) Marco legal, finalidad, Financiación y funcionamiento del programa, normas de etiqueta en la mesa</p> <p>Implementación y desarrollo de múltiples acciones que promuevan reflexiones profundas individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo,</p>	<p>Explicación del IMC y llenar la ficha médica y toma de perímetros.</p> <p>Test de cooper y juegos recreativos</p> <p>Circuito físico capacidades</p> <p>Aplicación circuito físico y trabajo teórico de hidratarlo.</p> <p>Circuito de capacidades físicas con elementos.</p> <p>Circuito con implementos de capacidades coordinativas.</p> <p>Juegos deportivos de conjunto que desarrollen las destrezas motoras locomotrices: Doblar, estirar, torcer, virar y combinaciones de los mismos.</p> <p>Destrezas motoras manipulativas: Lanzar, atrapar, golpear, patear, batear, empujar, levantar</p> <p>Actividades de aprendizaje del bádminton y ejercicios de coordinación.</p> <p>Calentamiento trote y estiramiento</p>	
---	--	--	---	--



valoración y respeta la diferencia.

Actividades de destrezas motoras de manipulación y locomoción con elementos específicos

PERIODO II

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST (DISEÑO EXPERIMENTAL)

PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (DISEÑO DE EXPERIMENTO)

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-Motriz: Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>Perceptivo-motriz: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación</p>	<p>Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y</p>	<p>Historia del baloncesto y fundamentación. Historia del baloncesto Regla 1 y 2 El juego, dimensiones y materiales. Fundamentación básica del baloncesto. Regla 3 equipo arbitral y comisario y obligaciones. Sistema muscular Fundamentación básica del baloncesto. Regla 4</p>	<p>Presentación de reglamento y la historia del baloncesto por medio de video, desarrollar ficha de video. Predeportivos al baloncesto. Presentación de video sobre la historia del baloncesto y registro en ficha. Fundamentación Dribling, lanzamiento, conducción y predeportivos.</p>	<p>Incrementa las capacidades físicas, en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.</p> <p>Aplica de las capacidades físicas coordinativas en la realización de diferentes actividades.</p> <p>Disfruta de forma eficiente y oportuna las actividades asignadas en clase.</p>



<p>de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz:</p> <p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	<p>mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>equipos Plan de mejoramiento.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 5 reglamentación del juego, resumen.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 6 violaciones.</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 7 Faltas</p> <p>Fundamentación básica del baloncesto. Regla 8 disposiciones generales</p>	<p>consulta sobre reglamento, Fundamentación básica en dribling, cambio de dirección y pases y detención en uno y dos tiempos.</p> <p>Exposición de la historia del baloncesto y las delimitaciones del terreno de juego por medio de exposiciones. Realizar fundamentación básica al doble ritmo.</p> <p>Presentación de video.</p> <p>Desarrollo de taller individual. Deporte de interés.</p> <p>exposiciones de fundamentación básica al doble ritmo.</p> <p>Fundamentación en el doble ritmo lado izquierdo y predeportivos. Al lanzamiento</p> <p>Fundamentación en el doble ritmo, Trenza y lanzamiento, por ambos lados y</p>	<p>Identifica los objetivos del juego, número de jugadores, posiciones que ocupan en la cancha y forma de anotar puntos en el baloncesto.</p> <p>Ejecuta con seguridad de las diferentes formas de pasar y recibir el drible, con la mano derecha o izquierda controlando el balón en el baloncesto.</p>
---	---	---	---	--



evaluación. Predeportivos,
Al lanzamiento.
Fundamentación básica del
baloncesto. Regla 6
violaciones.
Fundamentación en el doble
ritmo, Trenza y lanzamiento,
por ambos lados y
evaluación. Predeportivos,
Al lanzamiento.
Aplicación de los
fundamentos básicos al
juego. Partidos por equipos
Torneo relámpago de
baloncesto.
Clase dirigida a la práctica
de juegos tradicionales.

PERIODO III

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS

PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS



COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJE	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-Motriz: Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.</p> <p>Perceptivo-motriz: Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.</p>	<p>Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>Preparación física aplicada al voleibol</p> <p>Dimensiones y materiales.</p> <p>formas jugadas</p> <p>Historia del voleibol, Reglas básicas del voleibol.</p> <p>Calentamiento.</p> <p>Juegos tradicionales.</p> <p>Funciones y características de los jugadores.</p> <p>Fundamentos y Términos específicos del voleibol.</p> <p>Señales de los árbitros durante el juego.</p> <p>Recordar el objetivo de aprendizaje en cada clase y su aplicación en la vida cotidiana y en su proyecto de vida.</p> <p>Prueba físico – técnica.</p> <p>Juegos técnico-Tácticos.</p> <p>Ejercicios físicos con y sin balón</p>	<p>Practica de ejercicios de desplazamiento, soldabilidad, velocidad y flexibilidad aplicados.</p> <p>taller teórico de voleibol.</p> <p>Ejercicios de transporte del balón, con posiciones básicas.</p> <p>Ejercicios de posiciones en la cancha, e Inicio del juego por equipos.</p> <p>Realizar preparación física sin implementos.</p> <p>Dibujar la cancha de juego con sus dimensiones y materiales</p> <p>Sensibilización al balón y el terreno de juego.</p>	<p>Realizar trabajo colaborativo en la aplicación de actividades motrices básicas y complejas.</p> <p>Ejecuta de los fundamentos técnicos del voleibol y aplica las reglas básicas del voleibol.</p> <p>Identifica en el campo de juego las diferentes zonas, dimensiones, líneas, áreas y materiales de trabajo que se utilizan en el Voleibol.</p>



Aplicación de Fundamentación técnica de gestos básicos.
Guía de video: https://youtu.be/g_cEEfWjvcc motivación.
Práctica del voleibol aplicando reglas básicas
Explicación del reglamento y zonas de juego.
Reglas básicas del juego. Sistema de puntuación del voleibol
Práctica de habilidades técnicas de carácter global.
Práctica de juegos predeportivos de iniciación al voleibol, adaptando las reglas básicas de este deporte.
Organización de equipos y



campeonatos de voleibol adaptado con agrupaciones diversas. (por sorteo, por afinidad, por nivel)
 Practica aplicada con equipos
 Fundamentación técnica de gestos básicos.
 Aplicación de las básicas del voleibol en situaciones de juego.
 torneo de voleibol.

**DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
 DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
 DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO**

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
 RECREACIÓN Y DEPORTES**

GRADO: DÉCIMO

I.H.S: 1 hora semanal

META POR CICLO: Al finalizar el grado once, los estudiantes estarán con plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimiento acordes con las exigencias propias de las sesiones prácticas de la clase.



OBJETIVO POR AÑO: Aplicar al proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.

PERIODO I

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA PREGUNTA (LA PROPUESTA)

PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-motriz: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.</p> <p>Perceptivo-motriz: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el</p>	<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas</p>	<p>Conducta de entrada: Normas de clase hábitos de higiene Circuitos físicos. Admón. deportiva. Expresión corporal Fundamentos de la preparación física. El baile</p>	<p>Explicación de normas de clase y dinámicas de integración. Taller práctico de expresión corporal mediante juego de mesa. Presentación de grupos de coreografías de bailes.</p>	<p>Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física. Utiliza la preparación física como medio para mantenerse en forma. Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



<p>control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p>	<p>s, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Principios de la preparación física. Capacidades condicionales y coordinativas. test físicos (control de la preparación física). Expresión corporal. Programa de alimentación escolar (PAE) Marco legal, finalidad, Financiación y funcionamiento del programa, normas de etiqueta en la mesa</p>	<p>Aplicación del IMC y explicación. Elaboración de ficha médica. Adaptación a la fuerza con implementos. Taller práctico sobre la mímica. Circuito con elementos de capacidades físicas con implementos. Aplicación de Test de capacidades físicas. Deporte de interés.</p>	<p>Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores. Reconoce la importancia y aplica los principios básicos de atención, respeto y esfuerzo para el correcto desarrollo de las clases de Educación física. Reconozco y utilizo los parámetros de crecimiento del IMC para el beneficio de mi salud</p>
--	--	--	--	--

PERIODO II

**EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST (DISEÑO EXPERIMENTAL)****PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (DISEÑO DE EXPERIMENTO)**

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-Motriz: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.</p> <p>Perceptivo-motriz: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida</p>	<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>test de Wells</p> <p>Circuito físico</p> <p>El Atletismo</p> <p>Primeros auxilios</p> <p>Cultura física Test de leger</p> <p>Prueba física: Lanzamiento de balón medicinal.</p> <p>Juegos recreativos y de la calle</p> <p>Pruebas físicas</p> <p>Capacidades físicas.</p> <p>Juegos activos</p> <p>Desarrollo físico general.</p> <p>Pruebas físicas (test físicos)</p> <p>Gimnasia de acondicionamiento.</p> <p>Alimentación sana, actividad física y calidad de vida</p>	<p>Realizar conducta de entrada</p> <p>Test: aplicar test de flexibilidad y test de leger, test físicos de salto largo</p> <p>Realización de circuito físico de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad y test.</p> <p>Prácticas de carreras de velocidad.</p> <p>Aplicación de guía de video de primero auxilios.</p> <p>Practicar carreras de relevos en grupo.</p> <p>Prácticas de distintos tipos de lanzamiento con balón medicinal.</p>	<p>Utiliza del ejercicio físico como medio para la formación física y el logro de valores del respeto, la alegría y la sana competencia.</p> <p>Disfruta de forma eficiente y oportuna las actividades asignadas en clase.</p> <p>Mide su condición física a partir de la realización de pruebas físicas específicas.</p> <p>Adquiere conocimientos relacionados con hábitos saludables en su vida diaria.</p>



Clase dirigida a la práctica de juegos tradicionales.

PERIODO III**EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS****PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS**

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico-Motriz: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física. Perceptivo-motriz: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en	Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un	Preparación física aplicada al voleibol Dimensiones y materiales. formas jugadas Historia del voleibol, Reglas básicas del voleibol. Calentamiento. Juegos tradicionales.	Practica de ejercicios de desplazamiento, soldabilidad, velocidad y flexibilidad aplicados. taller teórico de voleibol. Ejercicios de transporte del balón, con posiciones básicas. Ejercicios de posiciones en la	Realiza actividad física, tendiente a mejorar las capacidades motrices físicas básicas. Ejecuta de los fundamentos técnicos del voleibol aplicados a situaciones de juego. Reconocimiento de la importancia de la actividad física y propuesta de prácticas permanentes de esta, para el mejoramiento de la salud y la calidad de vida.



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



<p>situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Perceptivo-motriz:</p> <p>Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p>	<p>compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Funciones y características de los jugadores.</p> <p>Fundamentos y Términos específicos del voleibol.</p> <p>Señales de los árbitros durante el juego.</p> <p>Recordar el objetivo de aprendizaje en cada clase y su aplicación en la vida cotidiana y en su proyecto de vida.</p> <p>Prueba físico – técnica.</p> <p>Juegos técnico-Tácticos.</p> <p>Ejercicios físicos con y sin balón</p>	<p>cancha, e Inicio del juego por equipos.</p> <p>Realizar preparación física sin implementos.</p> <p>Dibujar la cancha de juego con sus dimensiones y materiales</p> <p>Sensibilización al balón y el terreno de juego.</p> <p>Aplicación de Fundamentación técnica de gestos básicos.</p> <p>Guía de video: https://youtu.be/g_cEEfWjvcc motivación.</p> <p>Práctica del voleibol aplicando reglas básicas</p> <p>Explicación del reglamento y zonas de juego.</p> <p>Reglas básicas del juego. Sistema de puntuación del voleibol</p>	<p>Desarrollar habilidades y destrezas para ejecutar los fundamentos técnicos básicos de las modalidades deportivas individuales y colectivas.</p>
---	---	---	---	--



			<p>Práctica de habilidades técnicas de carácter global.</p> <p>Práctica de juegos predeportivos de iniciación al voleibol, adaptando las reglas básicas de este deporte.</p> <p>Organización de equipos y campeonatos de voleibol adaptado con agrupaciones diversas. (por sorteo, por afinidad, por nivel)</p> <p>Practica aplicada con equipos</p> <p>Fundamentación técnica de gestos básicos.</p> <p>Aplicación de las básicas del voleibol en situaciones de juego.</p> <p>torneo de voleibol.</p>	
--	--	--	---	--





**DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y COMPETENCIA POR GRADO Y PERÍODO**

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

GRADO: ONCE

I.H.S: 1 hora semanal

META POR CICLO: Al finalizar el grado once, los estudiantes estarán con plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimiento acordes con las exigencias propias de las sesiones prácticas de la clase.

OBJETIVO POR AÑO: Perfeccionar la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes Prácticas deportivas y motrices.

PERIODO I

**EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: LA
PREGUNTA (LA PROPUESTA)**

PRODUCTO: DIVERSIDAD DE PREGUNTAS EN TORNO AL ÁREA

**COMPETENCIAS
ESPECIFICAS DEL
ÁREA**

ESTÁNDARES

APRENDIZAJES

TÉCNICA

EVIDENCIA



<p>Físico-motriz: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.</p> <p>Perceptivo-motriz: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p>	<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Conducta de entrada: Normas de clase hábitos de higiene Circuitos físicos. Admón. deportiva. Expresión corporal Fundamentos de la preparación física. El baile Principios de la preparación física. Capacidades condicionales y coordinativas. test físicos (control de la preparación física). Expresión corporal. Programa de alimentación escolar (PAE) Marco legal, finalidad, Financiación y funcionamiento del programa, normas de etiqueta en la mesa</p>	<p>Explicación de normas de clase y dinámicas de integración. Taller práctico de expresión corporal mediante juego de mesa. Presentación de grupos de coreografías de bailes. Aplicación del IMC y explicación. Elaboración de ficha médica. Adaptación a la fuerza con implementos. Taller práctico sobre la mímica. Circuito con elementos de capacidades físicas con implementos. Aplicación de Test de capacidades físicas. Deporte de interés.</p>	<p>Se motiva hacia la práctica deportiva reforzando la unión entre compañeros y compartiendo objetivos, intereses y experiencias en común.</p> <p>Utiliza positivamente el tiempo libre a través de las actividades físicas, deportivas y recreativas.</p> <p>Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.</p> <p>Utiliza la preparación física como medio para mantenerse en forma.</p> <p>Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.</p> <p>Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores.</p> <p>Reconoce la importancia y aplica los principios básicos de atención, respeto y esfuerzo para el correcto desarrollo de las clases de Educación física.</p> <p>Reconozco y utilizo los parámetros de crecimiento del IMC para el beneficio de mi salud</p>
--	--	---	---	---

**PERIODO II****EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: PRE-TEST (DISEÑO EXPERIMENTAL)****PRODUCTO: DIFERENTES PRE-TEST ORIENTADOS EN EL ÁREA COMO EJERCITACIÓN PARA EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (DISEÑO DE EXPERIMENTO)**

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
<p>Físico-Motriz: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.</p> <p>Perceptivo-motriz: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Socio-motriz: Organizo mi plan de actividad física de</p>	<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de</p>	<p>test de Wells Circuito físico El Atletismo Primeros auxilios Cultura física Test de leger Prueba física: Lanzamiento de balón medicinal. Juegos recreativos y de la calle Pruebas físicas Capacidades físicas. Juegos activos Desarrollo físico general. Pruebas físicas (test físicos) Gimnasia de acondicionamiento.</p>	<p>Realizar conducta de entrada Test: aplicar test de flexibilidad y test de leger, test físicos de salto largo Realización de circuito físico de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad y test. Prácticas de carreras de velocidad. Aplicación de guía de video de primero auxilios.</p>	<p>Utiliza el ejercicio físico como medio para la formación física y el logro de valores del respeto, la alegría y la sana competencia. Disfruta de forma eficiente y oportuna las actividades asignadas en clase. Mide su condición física a partir de la realización de pruebas físicas específicas. Adquiere conocimientos relacionados con hábitos saludables en su vida diaria. Reconoce de la importancia de la actividad física para el mejoramiento de la salud y la calidad de vida. Desarrolla habilidades y destrezas para ejecutar los fundamentos técnicos básicos de las modalidades deportivas individuales y colectivas.</p>



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida	intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales	Alimentación sana, actividad física y calidad de vida	Practicar carreras de relevos en grupo. Prácticas de distintos tipos de lanzamiento con balón medicinal. Clase dirigida a la práctica de juegos tradicionales.	
--	---	---	--	--

PERIODO III

EJE CONCEPTUAL – EJE TRANSVERSAL: ANÁLISIS DE RESULTADOS

PRODUCTO: DIFERENTES FORMAS PARA EL ANÁLISIS DE RESULTADOS

COMPETENCIAS ESPECIFICAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	APRENDIZAJES	TÉCNICA	EVIDENCIA
Físico-Motriz: Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad,	Preparación física aplicada al voleibol Dimensiones y materiales. formas jugadas	Practica de ejercicios de desplazamiento, soldabilidad, velocidad y flexibilidad aplicados. taller teórico de voleibol.	Realiza trabajo colaborativo en la aplicación de actividades motrices básicas y complejas. Ejecuta los fundamentos técnicos del voleibol. Aplica las reglas básicas del voleibol. Utiliza positivamente el tiempo libre a través de las actividades físicas, deportivas y recreativas.



<p>Perceptivo-motriz: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Perceptivo-motriz: Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p>	<p>participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Historia del voleibol, Reglas básicas del voleibol. Calentamiento. Juegos tradicionales. Funciones y características de los jugadores. Fundamentos y Términos específicos del voleibol. Señales de los árbitros durante el juego. Recordar el objetivo de aprendizaje en cada clase y su aplicación en la vida cotidiana y en su proyecto de vida. Prueba físico – técnica. Juegos técnico-Tácticos. Ejercicios físicos con y sin balón</p>	<p>Ejercicios de transporte del balón, con posiciones básicas. Ejercicios de posiciones en la cancha, e Inicio del juego por equipos. Realizar preparación física sin implementos. Dibujar la cancha de juego con sus dimensiones y materiales Sensibilización al balón y el terreno de juego. Aplicación de Fundamentación técnica de gestos básicos. Guía de video: https://youtu.be/g_cEEfWjvcc motivación. Práctica del voleibol aplicando reglas básicas</p>	
--	--	--	--	--



			<p>Explicación del reglamento y zonas de juego.</p> <p>Reglas básicas del juego. Sistema de puntuación del voleibol</p> <p>Práctica de habilidades técnicas de carácter global.</p> <p>Práctica de juegos predeportivos de iniciación al voleibol, adaptando las reglas básicas de este deporte.</p> <p>Organización de equipos y campeonatos de voleibol adaptado con agrupaciones diversas. (por sorteo, por afinidad, por nivel)</p> <p>Practica aplicada con equipos</p> <p>Fundamentación técnica de gestos básicos.</p>	
--	--	--	---	--



DISEÑO CURRICULAR

CÓDIGO DF-Gu-01

VERSIÓN: 5



Aplicación de las básicas del voleibol en situaciones de juego. torneo de voleibol.

