	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

1. Identificación del área

En la Institución, partiendo de sus necesidades académicas le ha asignado al área de Educación Física, Recreación y Deportes la siguiente intensidad semanal:

Primaria: una (1) horas semanales.

Secundaria: dos (2) horas semanales

Media: una (1) hora semanal

Estas horas son servidas por el siguiente equipo de docentes:


- Edwin David Gutiérrez Quintana: Básica Secundaria 6°, 7°, 8° Sede Principal.
- Sara Acosta: Básica secundaria 9.1 Sede Principal
- Martha Diaz: Básica secundaria 9.2 Sede Principal
- Kevin Gil: Media Vocacional 10.1 Sede Principal
- Patricia Galvis: Media Vocacional 10.2, 10.3 Sede Principal
- Wilman Hinstroza: Media Vocacional 11° Sede Principal.
- Profesorado: Básica Primaria Escuela La Unión.

2. Objetivos del área.

2.1 Objetivos generales

Promover la formación integral del estudiante mediante la adquisición de hábitos de vida saludable, relacionados con la ejercitación física sistemática, la higiene, la alimentación, el descanso y el cuidado del medio ambiente, favoreciendo el bienestar personal y social a través de actividades físicas, recreativas y complementarias.

Desarrollar y fortalecer las capacidades físicas, coordinativas y las habilidades motrices, atendiendo las características individuales de los estudiantes, que les permitan el dominio, control y manejo eficiente del cuerpo, así como la resolución de situaciones motrices en contextos diversos desde una perspectiva cognitiva, motriz y social.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022


□ Fomentar actitudes, valores y comportamientos positivos a nivel individual y grupal, como el respeto, la cooperación, la confianza y la expresión corporal, mediante la práctica de actividades físico-deportivas, recreativas, tradicionales y regionales, contribuyendo al fortalecimiento de la identidad cultural y la convivencia escolar.

2.1 Objetivos específicos

- Desarrollar las formas fundamentales de la motricidad mediante la práctica sistemática de habilidades básicas como caminar, correr, saltar, lanzar, trepar, empujar y golpear, fortaleciendo la maduración motora necesaria para el desempeño en diferentes contextos.
- Fortalecer las capacidades físicas condicionales y coordinativas, mejorando las cualidades físicas del estudiante para su aplicación tanto en la vida cotidiana como en la práctica de actividades físico-deportivas.
- Desarrollar habilidades y destrezas motrices específicas, a través del aprendizaje y la práctica de los fundamentos técnicos básicos de los deportes, favoreciendo un desempeño eficiente, seguro y progresivo.
- Utilizar las experiencias motrices como medio para el desarrollo cognitivo, facilitando la comprensión y afianzamiento de conceptos de otras áreas del conocimiento y potenciando los procesos mentales a partir del movimiento.
- Fomentar la adquisición de hábitos permanentes de actividad física y vida saludable, orientados a la conservación y el mejoramiento de la salud física y mental.
- Promover actitudes y comportamientos responsables y saludables, fortaleciendo el respeto por los demás, la apropiación de normas, el uso adecuado del tiempo libre y la adopción de hábitos de higiene y autocuidado, a partir de las experiencias vividas en la Educación Física.

3. Introducción

Los cambios constantes que vive el mundo en los ámbitos económico, político, social y cultural influyen directamente en la forma como se educa. Por esta razón, las competencias que se desarrollan en las distintas áreas del conocimiento, así como las metodologías que orientan el proceso de enseñanza–aprendizaje en las instituciones educativas, no pueden permanecer estáticas. Es necesario que la escuela realice

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA PLAN DE ÁREA Y MALLA	Código: FO-AC-12
		Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

ajustes permanentes que respondan a las exigencias y desafíos que plantea la realidad actual.


Solo cuando las competencias que se promueven en la institución educativa están conectadas con los retos del contexto real, se puede afirmar que los estudiantes están verdaderamente preparados para desenvolverse de manera autónoma y exitosa en su vida cotidiana, enfrentando y resolviendo de forma adecuada las situaciones problemáticas que se les presentan fuera del entorno escolar.

En este sentido, el área de Educación Física, al igual que las demás áreas, debe transformarse y actualizarse de acuerdo con las demandas de la sociedad contemporánea. Hoy no basta con formar estudiantes que dominen conocimientos o habilidades específicas; la sociedad requiere personas con una sólida formación ética, respetuosas de las normas, capaces de convivir pacíficamente, comprometidas con el cuidado del medio ambiente, con hábitos de vida saludables y con la voluntad y disciplina necesarias para esforzarse por alcanzar sus proyectos de vida, actuando siempre desde principios y valores.

Dentro de este panorama, la Educación Física, la Recreación y el Deporte se consolidan como un área privilegiada, ya que cuentan con una alta aceptación por parte de los estudiantes y ofrecen múltiples posibilidades para contribuir a su formación integral. A través de la práctica corporal y el movimiento, esta área no solo fortalece el desarrollo físico, sino que también favorece la construcción de valores, actitudes y habilidades para la vida.

La Educación Física se convierte, además, en un espacio integrador de saberes, donde los estudiantes pueden enfrentar situaciones problemáticas propias del contexto, que requieren la aplicación de conocimientos adquiridos en otras áreas del currículo. De igual manera, permite trabajar de manera significativa aspectos fundamentales como el respeto por el otro, la convivencia pacífica, el fortalecimiento de las cualidades volitivas (esfuerzo, perseverancia y autocontrol) y la adquisición de hábitos de vida saludable.

No obstante, es importante señalar que actualmente la institución no cuenta con los espacios físicos adecuados para el desarrollo óptimo de la clase de Educación Física, lo cual limita de manera considerable el fortalecimiento de las competencias y el cumplimiento de los objetivos del área. Frente a esta realidad, se han implementado dos estrategias pedagógicas.

	I.E. AVELINO SALTARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

La primera consiste en reforzar el conocimiento del cuerpo humano, abordando contenidos relacionados con la anatomía y la fisiología, así como la promoción de hábitos de vida saludable. Esto incluye la orientación hacia una alimentación balanceada y la importancia de la práctica regular de actividad física, incentivando la participación de los estudiantes en clubes deportivos y escuelas de formación. Estas experiencias, debidamente evidenciadas, son valoradas dentro del proceso de evaluación de cada periodo académico.


La segunda estrategia corresponde al aprovechamiento de los escenarios deportivos administrados por el Instituto de cultura y deporte de Itagüí, los cuales son utilizados por los estudiantes fuera de la jornada escolar, como una alternativa que permite complementar los procesos formativos y garantizar mayores oportunidades para la práctica física y deportiva.

4. Contexto.

Si se quiere comprender las dinámicas de aprendizaje de los estudiantes de la Institución Educativa Avelino Saldarriaga en el área de Educación Física, Recreación y Deportes es necesario traer a colación algunas características propias de dicha población.

Un alto porcentaje de los estudiantes que atiende la Institución habitan los barrios La Loma de los Zuleta, Olivares, La Unión, San Isidro y Playa Rica. Estos sectores corresponden a estratos uno (1) y dos (2), los cuales han padecido ciclos de violencia protagonizada por bandas delincuenciales, esto implica un alto grado de vulnerabilidad para los estudiantes que los habitan. Para el área, este hecho es de relevancia, toda vez que desde las diferentes actividades propuestas en la clase deben tener un énfasis en el fortalecimiento de competencias ciudadanas y los valores. Además, se le plantea al área el imperativo de establecer actividades por fuera de la jornada académica, con el propósito de brindar espacios que estimulen la sana utilización del tiempo libre y fortalezcan la convivencia pacífica entre los estudiantes, y entre estos con su comunidad.

El área goza de una gran aceptación por parte de los estudiantes, quienes, en su mayoría participan en las actividades propuestas en la clase, en los juegos intercalases, Intercolegiados y actividades lúdico-recreativas programadas.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

Los estudiantes de la Institución en los últimos años se han estado vinculando casi que de manera masiva a espacios de actividad física y cultural. En la actualidad, un alto porcentaje de estudiantes hacen parte de clubes deportivos, asisten a gimnasios, casas de la cultura en sus diferentes ramas artísticas, algunos hacen parte de selecciones del municipio tanto en deportes individuales como en los de equipo.

Un hecho a resaltar es que los estudiantes continúan participando en la plataforma de Súperate con el Deporte (Intercolegiados).

En este punto, también es importante hacer mención que, en los últimos años, en juegos Intercolegiados, se han obtenido buenos resultados, en algunas disciplinas.

Lo anteriormente mencionado tiene gran relevancia, ya que las diferentes actividades físicas realizadas por los estudiantes en su tiempo libre les proporcionan una riqueza motriz, haciéndose evidente en la facilidad con la que se asimilan las tareas motrices de la clase.


Frente a los estudiantes con Necesidades Educativas Especiales, por política institucional se realizan adecuaciones curriculares al comienzo de cada año escolar,

estas son entregadas a la oficina de orientación escolar, para luego ser entregadas a los padres y acudientes.

5. Estado del área.


El área, desde hace unos años le viene apostando a tres aspectos que considera importante, a saber:

- La diversificación de las prácticas recreativas se orienta a brindar a los estudiantes experiencias corporales variadas y significativas, distintas a las actividades tradicionalmente asociadas al fútbol, favoreciendo la participación libre, el disfrute, la exploración del movimiento y el uso creativo del tiempo libre. Estas prácticas recreativas permiten que todos los estudiantes, sin distinción de género o habilidad, se vinculen activamente a propuestas lúdicas que promueven la convivencia, la expresión corporal, el trabajo colaborativo y el bienestar, más allá de la competencia y los resultados.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

- La promoción de hábitos de vida saludables desde una perspectiva recreativa se orienta a incentivar en los estudiantes la incorporación de actividades físicas placenteras y accesibles en su tiempo libre, entendidas como espacios de disfrute, bienestar y autocuidado. A través de propuestas lúdicas, expresivas y recreativas, se motiva a los estudiantes a mantenerse activos de manera regular, favoreciendo la autonomía, la toma de decisiones saludables y la valoración de la actividad física como parte natural de su vida cotidiana, más allá de la práctica deportiva formal. Además, se viene trabajando en la creación del hábito alimentación saludable, creando conciencia en los estudiantes, con relación a los alimentos que consumen al interior de la institución.
- La integración de saberes desde la recreación se plantea como una estrategia pedagógica que articula contenidos de otras áreas del conocimiento a través de experiencias recreativas y situaciones lúdicas propias de la Educación Física. Mediante juegos, retos motrices y dinámicas participativas, se proponen situaciones problema que invitan a los estudiantes a poner en juego saberes de distintas áreas, favoreciendo el aprendizaje significativo, el pensamiento crítico y la construcción colectiva del conocimiento, desde una vivencia corporal activa y placentera.

La falta de escenarios deportivos dentro de la institución constituye un aspecto preocupante que limita el desarrollo pleno de las actividades del área de Educación Física. La ausencia de una cancha propia, situación que se mantiene para el año lectivo 2026, obliga a replantear las prácticas desde un enfoque recreativo, haciendo necesario el uso de espacios alternativos externos a la institución. En este contexto, las actividades recreativas se desarrollan en escenarios comunitarios del municipio, ajustándose a la disponibilidad de tiempos y a la convivencia con otras instituciones, priorizando propuestas lúdicas, flexibles e inclusivas que permitan garantizar la participación, el movimiento y el bienestar de los estudiantes.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

6. Justificación

Los cambios sociales, económicos y políticos actuales plantean nuevas exigencias al sistema educativo, entre ellas la formación de estudiantes con competencias que les permitan desenvolverse de manera adecuada en su contexto. Frente a este desafío, la institución educativa debe definir y fortalecer aquellas competencias que respondan a las necesidades reales de sus estudiantes y de su entorno.

Para el desarrollo de dichas competencias, se hace necesario superar la enseñanza fragmentada por áreas y avanzar hacia procesos de transversalización del conocimiento. En este sentido, la clase de Educación Física se constituye en un espacio propicio para la integración de saberes, ya que, a través del movimiento, el juego y las experiencias corporales es posible articular contenidos de distintas áreas y proponer situaciones problema que favorezcan aprendizajes significativos.


Asimismo, la Educación Física cumple un papel fundamental en la promoción de estilos de vida saludables, especialmente en la formación de hábitos relacionados con la actividad física, la alimentación y el uso adecuado del tiempo libre, aspectos cada vez más relevantes para la prevención de enfermedades y el bienestar de los estudiantes.

En este contexto, el área de Educación Física aporta de manera directa al fortalecimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje, a la formación integral de los estudiantes y a la reducción de factores de riesgo asociados a la inadecuada utilización del tiempo libre. Para ello, se hace indispensable el diseño e implementación de un plan de área pertinente, construido a partir del reconocimiento de los intereses, necesidades y condiciones reales de la población estudiantil.

7. Referente conceptual.

En el intento de estructurar una educación guiada por procesos coherentes, y el mismo acontecer histórico de la Educación Física se ha intentado desde distintos puntos de vista la construcción de un currículo que se caracterice por ser abierto y flexible, que se adapte sobre todo a los intereses de los estudiantes y a las exigencias propuestas por la sociedad cambiante, sin perder de vista el contexto en el cual estos se desenvuelven.

La estructura que presenta el área hoy ha sido influenciado por procesos sociales, políticos y económicos que han provocado transformaciones significativas en la historia de la humanidad. En este orden de ideas, no se puede intentar realizar una aproximación al estudio de los fundamentos conceptuales y epistemológicos del área perdiendo de vista todos los fenómenos, que no solamente han estimulado transformaciones en el área, sino en toda la humanidad.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022


En el documento “lineamientos curriculares de la educación física, recreación y deportes” el Ministerio de Educación Nacional establece las tendencias de la Educación Física hoy, partiendo del énfasis que esta realiza en las Instituciones Educativas, a saber:

- Énfasis en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física.
- Énfasis en las actividades recreativas y del tiempo libre.
- Énfasis en la psicomotricidad
- Énfasis en la estética corporal, mantenimiento de la forma y salud
- Énfasis en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas.

Las anteriores tendencias, que hacen parte de las prácticas en las Instituciones Educativas tienen como fundamento disciplinas científicas en las cuales sobresale la biología, la pedagogía y la psicología.

Los procesos de formación del área incluyen algunos aspectos básicos:

- La expresión corporal: que busca el desarrollo de las potencialidades comunicativas del movimiento corporal, se trata de explorar la actitud corporal como lenguaje.
- Recreación y experiencia lúdica: que es un conjunto de vivencias, experimentos y fundamentaciones generadas desde el juego hacia los distintos procesos de desarrollo humano.
- Desarrollo físico motriz: está comprendido por aquellos procesos de conocimiento, desarrollo, valoración, cuidado, y dominio del cuerpo para cultivo de las potencialidades personales y adquisición de nuevos modelos de movimiento, se incluye la postura, el desarrollo motriz, la condición física y el dominio corporal del ser humano. Estos son influenciados por las leyes que determinan el crecimiento, maduración y ambiente. Su principal característica es que son susceptible de aprendizaje y perfeccionamiento.
- Organización del tiempo y el espacio: la relación con el ambiente está subordinada por la comprensión de la espacialidad y la temporalidad. La organización del tiempo y el espacio se refiere al desempeño de sensibilidad y relación con el ambiente, como seres de la naturaleza entre los cuales se presenta un intercambio para la vida que depende de valores, actitudes y conocimiento frente al medio.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

- Interacción social: en este aspecto, la actividad corporal y lúdica juegan un papel fundamental como campo propio de la actividad y aprendizaje social y como objetos de representación del interés y prácticas sociales en donde se aprende una ética, una política y una determinada percepción, usos y hábitos sociales del cuerpo.

Dentro del enfoque curricular también se encuentran las prácticas culturales, estas incluyen el juego, el deporte, la recreación, las danzas y la expresión corporal, actividad física y salud, aprovechamiento del tiempo libre.

Después de un largo proceso de construcción, y muchas discusiones, hoy la Educación Física se tiene su fundamento en tres competencias:


Competencia motriz: esta es entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para entender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia.

Competencia expresiva corporal: se entiende como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos y emociones) de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo) de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacios, tiempo e intensidad.

Competencia axiológica corporal: se entiende como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente.

8. Marco legal.

El plan del área de Educación Física, Recreación y Deportes se puede fundamentar jurídicamente, teniendo en cuenta tanto la legislación nacional como la internacional. En la legislación Internacional se puede mencionar:

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022


- La Declaración Internacional de los Derechos humanos, proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas, el diez (10) de diciembre de 1948, en su artículo 24, establece el derecho “de toda persona al disfrute del tiempo libre”
- La Carta Internacional del Deporte y la Educación Física de la UNESCO, en su artículo uno (1) establece la “práctica de la Educación Física y el Deporte” como Derecho Fundamental de toda persona.

Dentro del ordenamiento jurídico interno, el fundamento del área es el siguiente:

- Constitución Política de Colombia de 1991. En su artículo 52 le reconoce a todas las personas el Derecho a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.
- Ley 115 de 1994. Ley General de Educación: consagra los fines de la educación, determina las normas técnicas, currículo, los lineamientos, plan de estudio y contenidos. Establece entre los fines de la Educación “la formación, promoción y Prevención de la salud y la higiene, prevención integral de problemas socialmente Relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la educación adecuada Del tiempo libre”.
- Ley 181 de 1995: esta ley desarrolla el artículo 52 de la Constitución Política de Colombia de 1991, regulando el deporte, la recreación y la educación física.

Adicional a lo establecido en la Ley General de Educación y en el Decreto 1.860 de 1994, las siguientes normas aportan un marco legal:

- Ley estatutaria 1.618 de 2013.
- Ley 1.346 de 2009. Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad.
- Decreto 366 de 2009. Organización de servicios de apoyo pedagógico.
- Resolución 2.565 de 2003. Parámetros y criterios para la prestación de servicios educativos a la población con necesidades educativas especiales.
- Ley 982 de 2008. Equiparamiento de oportunidades para las personas sordas y sordas ciegas y otras disposiciones.


	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA PLAN DE ÁREA Y MALLA	Código: FO-AC-12
		Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

- Decreto 1421 de 2017. Por el cual se reglamenta en el marco de la educación inclusiva la atención educativa a la población con discapacidad.

9. Fundamentos disciplinares del área.

El área de Educación Física, Recreación y Deportes, al igual que las demás posee sus fundamentos disciplinares específicos, estos son:

- Resolución 2343 de junio 5 de 1996. Por medio de la cual se adopta un diseño de lineamientos generales de los procesos curriculares del servicio público educativo y se establecen los indicadores de logros curriculares para la educación formal. En su artículo 25, establece los logros por grados de las diferentes áreas obligatorias y fundamentales contempladas en el artículo 23 de la ley 115, ley general de educación.
- Documento guía No 15 del 2010, orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y el Deporte del Ministerio de Educación Nacional. En este se establecen las metas de formación del área, las competencias específicas, la relación de estas con las competencias básicas y las orientaciones didácticas.
- Documento Lineamientos curriculares de la Educación Física, Recreación y Deporte, expedida por el Ministerio de Educación Nacional. En este documento se establecen los lineamientos del área, los referentes conceptuales, los referentes socioculturales, el enfoque curricular: procesos de formación; prácticas culturales; competencias del área, además, establece unas orientaciones didácticas, la evaluación y el plan de estudios.
- Documento lineamientos curriculares, expedido por el MEN en el año 1999. En este se establecen las orientaciones epistemológicas, pedagógicas y curriculares que permiten dar el fundamento de todas las áreas obligatorias y fundamentales establecidas en el artículo 23 de la ley 115 de 1994.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

10. Fundamentos pedagógico–didácticos

El área de Educación Física, Recreación y Deporte, dentro de su enfoque curricular centra su atención en trabajar en los estudiantes su desarrollo motriz, organización tiempo y espacio, interacción socio cultural, recreación, prácticas culturales, formación deportiva y tiempo libre.

En el contexto Institucional, la Educación Física juega un papel preponderante, todavez que, por las características propias del área, permite promover la convivencia pacífica entre los estudiantes; y entre estos con las personas de su medio en el que viven, teniendo en cuenta las actividades que propone el área desarrolla el componente volitivo; siendo estas cualidades las que le permitirán enfrentar las dificultades que les plantea el contexto en el cual viven. Esa preponderancia también se hace evidente en el hecho que el área propende por la creación de hábitos saludables y en la sana utilización del tiempo libre; aspecto importante, ya que permite confrontar la vulnerabilidad que proporciona el contexto a los estudiantes.

Por último, la formación deportiva, propia del área facilita la captación de talentos, a quienes se les realiza una orientación hacia la secretaria de deportes, a clubes y escuelas de formación. Lo anterior, con el fin de que se genere en el deporte una opción de vida.

11. Evaluación: la evaluación se realizará teniendo en cuenta los criterios establecidos en el Sistema de Evaluación Institucional.

SEGUIMIENTO	AUTOEVALUACIÓN	COEVALUACIÓN	INVESTIGACIÓN
7 0 %	N 5 %	5%	20%



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**


Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

PLAN DE ÁREA Y MALLA

<p>En este aspecto, para la evaluación se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Participación en las actividades propuestas en clases prácticas.➤ Entrega de consultas asignadas.➤ Talleres Desarrollados en clase.	<p>Es la valoración que realiza el estudiante sobre sí mismo, considerando su participación en el proceso de enseñanza – aprendizaje en el transcurso de cada periodo académico.</p>	<p>Corresponde a la valoración realizada por el docente, teniendo en cuenta la participación del estudiante en el proceso de enseñanza – aprendizaje durante cada periodo académico.</p>	<p>Corresponde a la valoración realizada al desarrollo de las actividades orientadas a dar respuesta a la pregunta de investigación correspondiente a cada periodo académico.</p>
<ul style="list-style-type: none">➤ Práctica deportiva extracurricular (entrenamientos en clubes y selecciones, asistencia a gimnasios, ciclovías, etc.)➤ Evaluaciones.			

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA PLAN DE ÁREA Y MALLA	Código: FO-AC-12
		Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

MALLA CURRICULAR EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO PRIMERO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	<p>Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.</p> <p>Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase.</p>	<p>Desarrollo motor.</p> <p>Técnicas del cuerpo.</p>	<p>Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento en conexión con pequeños elementos y sin ellos.</p>
Expresiva corporal	Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y actividad física.	Lenguajes Corporales.	<p>Manifiesto expresiones corporales y gestuales para comunicar mis emociones (tristeza, alegría e ira, entre otras) en situaciones de juego y otras opciones de actividad física.</p> <p>Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea.</p>
Axiológica Corporal	Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.	Cuidado de sí mismo	<p>Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</p> <p>Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros del aula.</p>



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz.	Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio.	Desarrollo Motor Técnicas del Cuerpo	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas.
Expresiva Corporal:	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.	Lenguajes Corporales	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales.
Axiológica Corporal	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo.	Cuidado de sí Mismo	Manifiesta agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con mi edad y desarrollo



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Compara e identifica las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en la clase.	Condición Física Lúdico Motriz	Realizo juegos y actividades propuestas que posibilitan la expresión de mis habilidades físicas. Juego y desarrollo mis actividades siguiendo las orientaciones que se me dan
Expresivo Corporal	Propone gestos dancísticos y prácticas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo	Lenguajes Corporales	Reconozco mis propios gestos y los de mis compañeros a través de representaciones corporales, bailes y juegos en parejas y pequeños grupos.
Axiológica Corporal	Se divierte y participa reconociendo y aplicando las condiciones de las actividades, al realizar las prácticas planteadas.	Cuidado de sí Mismo	Identifico mis capacidades y reconozco la de mis compañeros. Valoro el esfuerzo individual y grupal de la actividad realizada.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO SEGUNDO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.	Desarrollo motor	Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diversos ritmos musicales. Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.
Expresiva Corporal.	Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos.	Lenguajes Corporales	Vivencio y comprendo los sentimientos que genera las prácticas de danza y ritmo propuesto y espontáneo.
Axiológica corporal	Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas.	Cuidado de sí Mismo	Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de los compañeros a través del juego individual y grupal.	Condición Física Lúdico Motriz	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad de clase y la recuperación al finalizar la actividad física. Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.
Expresivo Corporal	Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo.	Lenguajes Corporales	Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y el de los demás. Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades.
Axiológica Corporal	Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros.	Cuidado de sí Mismo	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros. Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Reconoce los hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego.	Condición Física. Lúdico Motriz.	Aplico orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene durante el desarrollo de la actividad física. Participo en juegos de acuerdo con mis preferencias y posibilidades del contexto escolar.
Axiológica Corporal	Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.	Lenguajes Corporales.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Respeto el cuerpo y los espacios físicos de mis compañeros
Expresiva Corporal	Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales.	Cuidado de sí Mismo.	Atiendo las indicaciones del profesor y ejecuto las actividades de acuerdo a ellas.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO TERCERO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	Condición Física. Técnicas del Cuerpo.	Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas. Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.
Expresiva Corporal.	Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.	Lenguajes Corporales.	Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.
Axiológica Corporal.	Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.	Cuidado de sí Mismo	Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	Condición Física.	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición, higiene y convivencia para el adecuado desarrollo de la actividad física.
Expresivo Corporal	Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.	Lenguajes Corporales.	Exploro y coordino las posibilidades de mis movimientos con diferentes situaciones de la clase.
Axiológico Corporal	Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.	Cuidado de sí Mismo.	Manifiesto interés por la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Conoce los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos y actividad física y en las partes del cuerpo que logra identificarlos.	Desarrollo Motor Técnicas del Cuerpo. Condición Física	Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas. Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.
Expresiva Corporal	Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.	Lenguajes Corporales	Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo. Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Hago seguimiento a los cambios corporales y fisiológicos de mi cuerpo.
Axiológica Corporal	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.	Axiológica Corporal.	Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me esfuerzo en la actividad física. Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios y apporto al trabajo de mis compañeros de clase.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO CUARTO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	<p>Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.</p> <p>Reconoce reglas sencillas de diferentes prácticas motrices individuales y de grupo.</p>	<p>Desarrollo motor</p> <p>Condición Física</p> <p>Lúdica Motriz</p>	<p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</p> <p>Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</p> <p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>
Expresiva Corporal	<p>Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego. Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Lenguajes Corporales</p>	<p>Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal.</p>



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

Axiológica Corporal	Valoro la importancia de la actividad física para la salud. Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo.	Cuidado de sí Mismo	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud. Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.
---------------------	--	---------------------	---

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.	Desarrollo Motor. Técnicas del Cuerpo. Condición Física. Lúdico Motriz	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas. Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

Expresiva Corporal	Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros.	Lenguajes Corporales	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.
Axiológica Corporal.	Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.	Cuidado de sí Mismo.	Decido mi tiempo de juego y actividad física

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz.	Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales.	Desarrollo Motor. Técnicas del Cuerpo. Condición Física. Lúdico Motriz	Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas. Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo. Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

Expresiva Corporal.	Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo.	Lenguajes Corporales.	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.
Axiológica Corporal.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.	Cuidado de sí Mismo.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO QUINTO

COMPETENCIA	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz.	Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre. Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Lúdico Motriz.	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad. Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares
Expresiva Corporal	Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal. Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	Lenguajes Corporales.	Identifico como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado; y de esta manera como afecto la relación con los demás.
Axiológico Corporal.	Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre. Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.	Cuidado de sí Mismo.	Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y su aporte para mi salud.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.		Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella. Propongo momentos de juego en el espacio escolar
Expresiva Corporal.	Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.		Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.
Axiológica Corporal.	Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.		Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Reconoce el estado de su condición física y su relación con su estado emocional.	Lúdico Motriz	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad. Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.
Expresiva Corporal.	Participa de forma activa en las diferentes expresiones motrices mejorando la interacción con los demás.	Lenguajes Corporales.	Identifico como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado; y de esta manera como afecto la relación con los demás.
Axiológica Corporal.	Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud.	Cuidado de sí Mismo.	Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y su aporte para mi salud.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO SEXTO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.	Condición Física	Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.
Axiológica Corporal	Conoce los resultados de las pruebas físicas y se apropia de ellas para desarrollar acciones que contribuyan a su formación integral.	Cuidado de sí mismo	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida
Expresiva corporal	Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludables	Lenguajes corporales	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.	Técnicas del Cuerpo	Reconozco mis posibilidades y condiciones propias y externas para la exploración de las variedades gimnásticas.
Expresiva Corporal	Ejecuta y explora acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas.	Lenguajes Corporales	Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.
Axiológica Corporal	Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás	Cuidado de sí mismo	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Comprende la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad	Condición Física. Lúdico motriz	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física. Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
Expresiva corporal	Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados	Lenguajes Corporal	Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo.
Axiológica Corporal	Comparte el disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales.	Cuidado de sí mismo	Identifico mis posibilidades de expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO SÉPTIMO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia deportiva, rítmica y artística.	Desarrollo Motriz	Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de modalidades gimnásticas.
Expresiva Corporal	Ejecuta sistemáticamente acciones gimnásticas como hábito de vida saludable.	Lenguajes Corporales.	Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute
Axiológica Corporal	Disfruta, motiva y posibilita la realización de actividades gimnásticas de manera individual y del grupo.	Cuidado de sí Mismo.	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo en la práctica de la actividad física y el juego; como una manera de fortalecer mi autoestima, disciplina e incorporar estilos de vida saludables.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre el ritmo.	Desarrollo Motor	Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.
Expresiva Corporal	Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales.	Lenguajes Corporales	Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música.
Axiológica Corporal	Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo musical	Cuidado de sí mismo	Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**


PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física	Condición Física.	Realizo actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas.
Expresiva Corporal	Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud	Lenguajes Corporales	Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos.
Axiológica Corporal	Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria	Cuidado de sí Mismo	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y la importancia de esta en la manera de relacionarse con los demás.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA PLAN DE ÁREA Y MALLA	Código: FO-AC-12
		Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

GRADO OCTAVO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico.	Desarrollo Motor	Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.
Expresiva Corporal	Practica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar.	Lenguaje Corporal	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.
Axiológica Corporal	Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar	Cuidado de sí mismo	Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Relaciona los resultados de pruebas físicas anteriores, con el fin de mejorarlas.	Condición Física	Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.
Expresiva Corporal	Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.	Lenguaje Corporal	Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente.
Axiológica Corporal	Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social	Cuidado de sí Mismo	Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.	Lúdico Motriz	Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.
Expresiva Corporal	Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.	Lenguajes Corporales.	Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo.
Axiológica Corporal	Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase	Cuidado de sí mismo	Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO NOVENO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia motriz	Relaciona coherentemente las prácticas motrices y las capacidades individuales necesarias para su destreza.	Condición Física Lúdico Motriz	Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices. Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos.
Expresiva corporal	Vivencia diferentes manifestaciones y sensaciones motrices, en diversas actividades y condiciones de juego.	Lenguajes corporales	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.
Axiológica corporal	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género	Cuidado de sí mismo	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia motriz.	Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludables.	Condición Física	Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida.
Expresiva corporal.	Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales.	Lenguajes Corporales	Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.
Axiológica corporal.	Muestra interés por establecer ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.	Cuidado de sí mismo	Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Se apropia de las nociones conceptuales básicas y los principios para la planificación y ejecución de una actividad física adecuada para las condiciones del sujeto y el colectivo.	Técnicas del Cuerpo	Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.
Expresiva corporal	Planifica y participa con sus compañeros actividades motrices básicas y complejas.	Lenguajes Corporales.	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación
Axiológica corporal	Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas	Cuidado de sí Mismo	Reconozco las condiciones y valores propios y del grupo y los resalto en los escenarios de juego.



I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO DECIMO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia motriz	Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.	Desarrollo Motor	Selecciono técnicas de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo.
Axiológica corporal	Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.	Cuidado de sí Mismo	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida
Expresiva corporal:	Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.	Lenguajes corporales	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia motriz:	Identifica los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre.	Lúdica Motriz Técnicas del Cuerpo	Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.
Expresivo corporal	Aporta en la construcción y cumplimiento de la norma en la realización de actividades recreativas, contribuyendo al uso adecuado del tiempo libre.	Cuidado de sí mismo	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.
Axiológico corporal	Asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano	Lenguajes corporales	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia motriz	Identifica las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer y su contribución a mejorar la calidad de vida.	Desarrollo motriz Lúdica motriz	Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.
Expresiva corporal	Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.	Cuidado de sí mismo	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.
Axiológica corporal	Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales saludables	Cuidado de sí mismo	Comprendo la importancia de construir en colectivo los elementos que hacen parte del bienestar de la institución y de la sociedad a la cual pertenezco.



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

GRADO UNDECIMO

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Diferencia los fundamentos y principios de recreación, lúdica ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales.	Lúdico motriz	Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución. Establezco con los compañeros indicadores que muestren las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos
Expresiva corporal	Propone juegos recreativos, tradicionales y de ritmo, apoyados en condiciones y características específicas.	Lenguajes corporales	Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.
Axiológica corporal	Adopta una actitud crítica ante las diferentes propuestas de las actividades recreativas	Cuidado de sí mismo	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.



I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA


Código: FO-AC-12

Versión: 04

Fecha de Elaboración:
18-01-2022

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia motriz	Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.	Condición física	Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva
Expresiva corporal	Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.	Lenguajes corporales	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.
Axiológica corporal	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.	Cuidado de sí mismo	Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejora-miento de mi calidad de vida.

COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	COMPONENTE	DESEMPEÑO
Competencia Motriz	Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludable.	Lúdico motriz	Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego
Expresiva corporal	Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.	Lenguajes corporales	Evidencia la importancia de asumir estilos de vida saludables.
Axiológica corporal	Progresar en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyecta en su contexto.	Cuidado de sí mismo	Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica de estilos de vida saludables.

	I.E. AVELINO SALDARRIAGA CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA	Código: FO-AC-12
	PLAN DE ÁREA Y MALLA	Versión: 04
		Fecha de Elaboración: 18-01-2022

12. INTEGRACIÓN CURRICULAR

La integración curricular del Área de Ed. Física se realiza en especial atención a las indicaciones brindadas desde el proceso de investigación escolar que se viene llevando a cabo en la I.E. El proyecto de Recreación y Cultura, se ha querido articular al trabajo del área desde las salidas pedagógicas a Comfama, la Universidad de Antioquia, el planetario y el museo de EPM. Desde el área de Lengua castellana, se ha formulado un propósito de lectura de textos con énfasis en capacidad crítica y comprensiva.

13. ATENCIÓN DE ESTUDIANTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

La atención de los estudiantes con necesidades educativas especiales de acuerdo con el Ministerio de Educación Nacional se procura hacer tomando como base el reciente “Documento de orientaciones técnicas, administrativas y pedagógicas para la atención educativa a estudiantes con discapacidad en el marco de la educación inclusiva” que fue socializado por Hernando Arias en enero de 2018. Y de acuerdo al listado de estudiantes con diagnóstico validado compartido a todos los profesores de la institución por correo electrónico y ayudados del guía N° 12, que es el documento reconocido inicialmente para ello.

Los aspectos de trabajo de los docentes ya fueron relacionados en el apartado justificación del presente plan

Referentes Bibliográficos.

- Silva C. German (2000) Pedagogía y Cultura Física. Madrid Kinesis
- Bonilla B. Carlos B (2003) Didáctica de la Educación Física de Base. Barcelona Paidotribo
- Muñoz Luis Armando (2008) Educación Psicomotriz. Madrid Kinesis
- Valdés Casal Hiram M. (2006) Personalidad, Actividad Física y Deporte. Madrid Kinesis
- Ministerio de Educación Nacional (2012) Lineamientos Curriculares Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá.
- Ministerio de Educación Nacional (2010) Guía 15: Orientaciones pedagógicas para la Educación f



**I.E. AVELINO SALDARRIAGA
CONSTRUYENDO CONVIVENCIA CIUDADANA**

PLAN DE ÁREA Y MALLA

Código: FO-AC-12

Versión: 04

**Fecha de Elaboración:
18-01-2022**