

**SECRETARIA DE EDUCACION**

**ÁREA:** EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

**GRADO:** UNDECIMO

**OBJETIVO DEL GRADO:**  Mejorar la expresión corporal y la coordinación dinámica general, por medio de la práctica de actividades físicas.

|  |
| --- |
| **PERIODO:** 1**INTENSIDAD HORARIA:** 20 horas**No. SEMANAS: 10** |
| **PREGUNTA PROBLEMATIZADORA**¿De qué manera el entrenamiento funcional me permite potenciar el desarrollo humano y social? |
| **EJES CURRICULARES:** * Hago parte de la construcción de actividades lúdico recreativas en la institución.
* Concientizo a la población estudiantil del buen uso del tiempo libre y el juego.
 |
| **COMPETENCIAS:*** Motriz
* Expresión Corporal
* Axiológico
 |
| **ESTANDARES:** * Elaboro mi plan de entrenamiento funcional teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.
* Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.
* Administro torneos y eventos en la institución.
 |
| **DBA**No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.**MATRICES DE REFERENCIA** |
| **INDICADORES DE DESEMPEÑO**1 Planifica el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. 2 Organiza el plan de entrenamiento funcional, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. 3 Define con precisión y Autonomía del proyecto personal de actividad física, salud y calidad de Vida. 4 Conforma equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. |
| **CONTENIDOS**Entrenamiento funcional, Nuevas tendencias deportivas, Lógica de los juegos deportivos de cooperación. |
| **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| · Fuerza· Resistencia· Velocidad· Flexibilidad· Administración deportiva | · Realización de ejercicios básicos de fuerza, flexibilidad, velocidad, resistencia.· Practica pruebas específicas de resistencia aeróbica. Pruebas específicas de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad · Capacidades físicas. · Organiza eventos deportivos en la institución. | · Utiliza las capacidades físicas para mejorar la condición física. · Se realiza test físicas para diagnosticar la condición física del educando. Beneficios del desarrollo de las capacidades física. · Beneficios del desarrollo de las capacidades físicas. |
| **METODOLOGIA** | **RECURSOS** | **ACTIVIDADES** |
| 1. ESTRATEGIAS METACOGNITIVASHace posible el control del propioaprendizaje mediante:· La concentración de la atención.· La planeación del aprendizaje.· La evaluación del propio aprendizaje. 2. ESTRATEGIAS AFECTIVAS Ayudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores. · La disminución de la ansiedad. · La propia estimulación. · La medición de nuestra temperatura emocional. 3. ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. · La cooperación con otros. · La empatía con otros. | HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general. FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, dvd. MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles. | Explicación teórico-práctica del docente.Consultas.Trabajo en parejas.Sustentación de trabajos.Realización de talleres. Exposiciones.Presentación de películas y videos. |
| **EVALUACION** |
| **CRITERIO** | **PROCESO** | **FRECUENCIA** |
| * Participación activa en

Clase.* Consultas y exposiciones.
* Trabajo en equipo.
* Autoevaluación - coevaluación
 | Trabajo activo durante la clase práctica y/o elaboración de informe en caso de enfermedad o no presentación del uniforme.Consultas e informe escrito de las mismas.Evaluación escrita acerca de los contenidos en el periodo. Ejercicio para desarrollar las relaciones interpersonales, a través de la exposición de temas específicos. Autovaloración que cada estudiante realiza del trabajo realizado de acuerdo a unos parámetros asignados. | Todas las clases durante cada periodo.Una vez por periodo. Una por periodo, se presenta de forma individual. Varias veces por periodo, se puede presentar en la mayoría de las clases. Una vez al finalizar el periodo académico. |
| **PLANES DE APOYO**Se realizarán a partir de un plan de trabajo que permita la superación de las deficiencias observadas durante el 1º período, después de haber participado en todos los procesos formativos del área durante el período; de este proceso deberán quedar evidencias escritas. Plan de actividades de apoyo y superación, evidencias copia alumno, profesor y carpeta de consejo académico). |
| **RECUPERACION** | **NIVELACION** | **PROFUNDIZACION** |
| Al finalizar cada periodo, se planea en cada área el proceso de trabajo para la recuperación de las debilidades académicas de las competencias y logros en que los alumnos tienen problemas. Si al cierre del año persisten las dificultades académicas, se continúa con el plan de apoyo y superación, para sustentarlo durante las dos primeras semanas del año lectivo siguiente. (Cap. 2 Artículo 8. Criterios de evaluación y promoción del SIEE) | Investigar y entregar trabajo escrito sobre el entrenamiento funcional y sobre los fundamentos del área | Investigar y presentar trabajo sobre elaboración de un plan de entrenamiento individual aplicando principios del entrenamiento deportivo Presentar formato con las medidas de cada una de las pruebas diagnósticas individuales y realizarlas en las respectivas jornadas. |
| **ADECUACIONES CURRICULARES**Se Incluyen los tres principios del Diseño Universal del Aprendizaje para la realización de la planeación de las clases y actividades propuestas. Además se realizarán ajustes y flexibilizaciones curriculares para estudiantes con NEE o discapacidad, orientado desde los PIAR (Plan Individual de Ajustes Razonables). Decreto 1421 de 2017 |
| **OBSERVACIONES.** |

SECRETARIA DE EDUCACIOM

**ÁREA:** EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

**GRADO:** UNDECIMO

**OBJETIVO DEL GRADO:**  Iniciar a los estudiantes en la práctica de los fundamentos técnicos básicos de los diferentes deportes y la aplicación de las reglas básicas.

|  |
| --- |
| **PERIODO:** 2**INTENSIDAD HORARIA:** 20 horas**No. SEMANAS: 10** |
| **PREGUNTA PROBLEMATIZADORA**¿Cómo me concientizo y concientizo a la población estudiantil de la importancia de la calidad de vida en el contexto escolar? |
| **EJES CURRICULARES:** * Contribuyo con la construcción del proyecto de vida de mis compañeros.
* Preparo presentaciones que motivan la práctica motriz.
 |
| **COMPETENCIAS:*** Motriz
* Expresión Corporal
* Axiológico
 |
| **ESTANDARES:** * Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.
* Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.
* Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.
 |
| **DBA**No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.**MATRICES DE REFERENCIA** |
| **INDICADORES DE DESEMPEÑO**1 Concientiza a los compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. 2 Elabora el plan de condición física teniendo en cuenta los fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. 3 Ejecuta con calidad de secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. 4 Aplica a la vida cotidiana de prácticas corporales alternativas. |
| **CONTENIDOS**Juegos deportivos, Juegos y predeportivos, Calidad de vida, Importancia y beneficios del ejercicio. |
| **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| · Teoría deportiva.· Juzgamiento, lúdica.· Comprende la utilidad de la rotación.· Comprende sistemas básicos de juego. | · Ejecución de los gestos técnicos de los deportes populares. · Ejercita la técnica deportiva individualmente, por parejas y en grupos. | · Se integra a las prácticas colectivas adecuadamente. · Demuestra interés y orden en las sesiones prácticas. · Competencias ciudadanas y deporte. |
| **METODOLOGIA** | **RECURSOS** | **ACTIVIDADES** |
| 4. ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizaje mediante:· La concentración de la atención.· La planeación del aprendizaje.· La evaluación del propio aprendizaje.5. ESTRATEGIAS AFECTIVASAyudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores.· La disminución de la ansiedad. · La propia estimulación. · La medición de nuestra temperatura emocional.6. ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas.· La cooperación con otros. · La empatía con otros. | HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general. FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, dvd. MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles. | Explicación teórico-práctica del docente.Consultas.Trabajo en parejas.Sustentación de trabajos.Realización de talleres. Exposiciones.Presentación de películas y videos. |
| **EVALUACION** |
| **CRITERIO** | **PROCESO** | **FRECUENCIA** |
| * Participación activa en

Clase.* Consultas y exposiciones.
* Trabajo en equipo.
* Autoevaluación - coevaluación
 | Trabajo activo durante la clase práctica y/o elaboración de informe en caso de enfermedad o no presentación del uniforme.Consultas e informe escrito de las mismas.Evaluación escrita acerca de los contenidos en el periodo. Ejercicio para desarrollar las relaciones interpersonales, a través de la exposición de temas específicos. Autovaloración que cada estudiante realiza del trabajo realizado de acuerdo a unos parámetros asignados. | Todas las clases durante cada periodo.Una vez por periodo. Una por periodo, se presenta de forma individual. Varias veces por periodo, se puede presentar en la mayoría de las clases. Una vez al finalizar el periodo académico. |
| **PLANES DE APOYO**Se realizarán a partir de un plan de trabajo que permita la superación de las deficiencias observadas durante el 2º período, después de haber participado en todos los procesos formativos del área durante el período; de este proceso deberán quedar evidencias escritas. Plan de actividades de apoyo y superación, evidencias copia alumno, profesor y carpeta de consejo académico).A continuación se presenta un banco de actividades que servirán para los planes de apoyo de acuerdo al grado, la temática y la situación. |
| **RECUPERACION** | **NIVELACION** | **PROFUNDIZACION** |
| Al finalizar cada periodo, se planea en cada área el proceso de trabajo para la recuperación de las debilidades académicas de las competencias y logros en que los alumnos tienen problemas. Si al cierre del año persisten las dificultades académicas, se continúa con el plan de apoyo y superación, para sustentarlo durante las dos primeras semanas del año lectivo siguiente. (Cap. 2 Artículo 8. Criterios de evaluación y promoción del SIEE). | Consultar y presentar exposición sobre los juegos cooperativos, su relación con el deporte y la importancia de estos en la clase de educación física. | Consultar y presentar exposición sobre los juegos de cooperación- oposición, su relación con el deporte y la importancia de estos en la clase de educación física. |
| **ADECUACIONES CURRICULARES**Se Incluyen los tres principios del Diseño Universal del Aprendizaje para la realización de la planeación de las clases y actividades propuestas. Además se realizarán ajustes y flexibilizaciones curriculares para estudiantes con NEE o discapacidad, orientado desde los PIAR (Plan Individual de Ajustes Razonables). Decreto 1421 de 2017 |
| **OBSERVACIONES.** |



**SECRETARIA DE EDUCACION**

**ÁREA:** EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

**GRADO:** UNDECIMO

**OBJETIVO DEL GRADO:**  Iniciar a los estudiantes en la práctica de los fundamentos técnicos básicos de los diferentes deportes y la aplicación de las reglas básicas.

|  |
| --- |
| **PERIODO:** 3**INTENSIDAD HORARIA:** 20 horas**No. SEMANAS: 10** |
| **PREGUNTA PROBLEMATIZADORA**¿Cómo relaciono la práctica de algunos deportes de contacto con la salud del sujeto y del colectivo? |
| **EJES CURRICULARES:** * Presento propuestas que ayudan a prevenir situaciones de conflicto y peligro en la institución.
* Presento en la institución el registro y resultado presentado en las actividades deportivas
 |
| **COMPETENCIAS:*** Motriz
* Expresión Corporal
* Axiológico
 |
| **ESTANDARES:** * Comprendo la importancia del autocuidado en la práctica de algunos deportes de cooperación –oposición.
* Reconozco que las capacidades fisicomotrices ayudan a mi salud.
* Promuevo la práctica de actividades físicas y deportivas en mi IE.
 |
| **DBA**No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.**MATRICES DE REFERENCIA** |
| **INDICADORES DE DESEMPEÑO**1 Utilización de técnicas básicas en rugby y ultimate para un buen desempeño en el juego.2 Dominio de técnicas y tácticas de prácticas deportivas. 3 Valoración del tiempo de ocio para la formación y toma del juego como una alternativa importante. 4 Comprensión de la relación entre salud y actividad física y de su realización en la práctica. |
| **CONTENIDOS**Rugby, Ultimate, Entrenamiento funcional. |
| **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| · Conoce del juzgamiento de algunosdeportes· Comprende la utilidad de la expresióncorporal· Comprende sistemas básicos de juego | · Ejecuta gestos técnicos de los deportes populares · Ejercita la técnica deportiva individualmente, por parejas y en grupos | · Se integra a las prácticas colectivas adecuadamente. · Demuestra interés y orden en las sesiones prácticas. · Competencias ciudadanas y deporte. |
| **METODOLOGIA** | **RECURSOS** | **ACTIVIDADES** |
| 7. ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizaje mediante:· La concentración de la atención.· La planeación del aprendizaje.· La evaluación del propio aprendizaje.8. ESTRATEGIAS AFECTIVASAyudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores.· La disminución de la ansiedad. · La propia estimulación. · La medición de nuestra temperatura emocional.9. ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. · La cooperación con otros. · La empatía con otros. | HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general. FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, dvd. MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles. | Explicación teórico-práctica del docente.Consultas.Trabajo en parejas.Sustentación de trabajos.Realización de talleres. Exposiciones.Presentación de películas y videos. |
| **EVALUACION** |
| **CRITERIO** | **PROCESO** | **FRECUENCIA** |
| * Participación activa en

Clase.* Consultas y exposiciones.
* Trabajo en equipo.
* Autoevaluación - coevaluación
 | Trabajo activo durante la clase práctica y/o elaboración de informe en caso de enfermedad o no presentación del uniforme.Consultas e informe escrito de las mismas.Evaluación escrita acerca de los contenidos en el periodo. Ejercicio para desarrollar las relaciones interpersonales, a través de la exposición de temas específicos. Autovaloración que cada estudiante realiza del trabajo realizado de acuerdo a unos parámetros asignados. | Todas las clases durante cada periodo.Una vez por periodo. Una por periodo, se presenta de forma individual. Varias veces por periodo, se puede presentar en la mayoría de las clases. Una vez al finalizar el periodo académico. |
| **PLANES DE APOYO**Se realizarán a partir de un plan de trabajo que permita la superación de las deficiencias observadas durante el 2º período, después de haber participado en todos los procesos formativos del área durante el período; de este proceso deberán quedar evidencias escritas. Plan de actividades de apoyo y superación, evidencias copia alumno, profesor y carpeta de consejo académico).A continuación se presenta un banco de actividades que servirán para los planes de apoyo de acuerdo al grado, la temática y la situación. |
| **RECUPERACION** | **NIVELACION** | **PROFUNDIZACION** |
| Al finalizar cada periodo, se planea en cada área el proceso de trabajo para la recuperación de las debilidades académicas de las competencias y logros en que los alumnos tienen problemas. Si al cierre del año persisten las dificultades académicas, se continúa con el plan de apoyo y superación, para sustentarlo durante las dos primeras semanas del año lectivo siguiente. (Cap. 2 Artículo 8. Criterios de evaluación y promoción del SIEE). | Consultar y presentar exposición sobre la flexibilidad, su relación con el deporte y la importancia de esta en la clase de educación física. | Consultar y presentar exposición sobre la organización de pirámides humanas su relación con la clase de educación física. |
| **ADECUACIONES CURRICULARES**Se Incluyen los tres principios del Diseño Universal del Aprendizaje para la realización de la planeación de las clases y actividades propuestas. Además, se realizarán ajustes y flexibilizaciones curriculares para estudiantes con NEE o discapacidad, orientado desde los PIAR (Plan Individual de Ajustes Razonables). Decreto 1421 de 2017 |
| **OBSERVACIONES.** |



**SECRETARIA DE EDUCACION**

**ÁREA:** EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

**GRADO:** UNDECIMO

**OBJETIVO DEL GRADO:**  Iniciar a los estudiantes en la práctica de los fundamentos técnicos básicos de los diferentes deportes y la aplicación de las reglas básicas.

|  |
| --- |
| **PERIODO:** 4**INTENSIDAD HORARIA:** 20 horas**No. SEMANAS: 10** |
| **PREGUNTA PROBLEMATIZADORA**¿Cómo promociono en la comunidad estilos de vida saludable? |
| **EJES CURRICULARES:** * Aplico los conocimientos adquiridos para ejecutar mi plan de actividad física.
* Mantengo hábitos de higiene corporal y postural que contribuyen a mi calidad de vida.
 |
| **COMPETENCIAS:*** Motriz
* Expresión Corporal
* Axiológico
 |
| **ESTANDARES:** * Comprendo la importancia del Fitness y el Welness.
* Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.
* Domino técnicas básicas de masoterapia corporal.
 |
| **DBA**No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.**MATRICES DE REFERENCIA** |
| **INDICADORES DE DESEMPEÑO**1 Elabora una serie de ejercicios básicos para el control de la respiración.2 Comprende la relación entre salud y actividad física y su realización en la práctica. 3 Realiza actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. 4 Cultiva hábitos saludables. |
| **CONTENIDOS**Fitness y Welness, Masoterapia. |
| **CONCEPTUAL** | **PROCEDIMENTAL** | **ACTITUDINAL** |
| · Conoce principios básicos de relajación.· Diferencia la terminología del área.· Diferencia el Fitness y wellness.  | · Realiza las técnicas de deportes colectivos. · Ejecuta pasos básicos de diferentes ritmos musicales. · Controla su cuerpo en las actividades de Fitness. | · Se apropia de las actividades que le ayudan a liberar tensiones. · Disfruta de las actividades de relajación. |
| **METODOLOGIA** | **RECURSOS** | **ACTIVIDADES** |
| 10. ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizajemediante:· La concentración de la atención.· La planeación del aprendizaje.· La evaluación del propio aprendizaje.11. ESTRATEGIAS AFECTIVAS Ayudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores. · La disminución de la ansiedad. · La propia estimulación. · La medición de nuestra temperatura emocional.12. ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. · La cooperación con otros. · La empatía con otros. | HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general. FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, dvd. MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles. | Explicación teórico-práctica del docente.Consultas.Trabajo en parejas.Sustentación de trabajos.Realización de talleres. Exposiciones.Presentación de películas y videos. |
| **EVALUACION** |
| **CRITERIO** | **PROCESO** | **FRECUENCIA** |
| * Participación activa en

Clase.* Consultas y exposiciones.
* Trabajo en equipo.
* Autoevaluación - coevaluación
 | Trabajo activo durante la clase práctica y/o elaboración de informe en caso de enfermedad o no presentación del uniforme.Consultas e informe escrito de las mismas.Evaluación escrita acerca de los contenidos en el periodo. Ejercicio para desarrollar las relaciones interpersonales, a través de la exposición de temas específicos. Autovaloración que cada estudiante realiza del trabajo realizado de acuerdo a unos parámetros asignados. | Todas las clases durante cada periodo.Una vez por periodo. Una por periodo, se presenta de forma individual. Varias veces por periodo, se puede presentar en la mayoría de las clases. Una vez al finalizar el periodo académico. |
| **PLANES DE APOYO**Se realizarán a partir de un plan de trabajo que permita la superación de las deficiencias observadas durante el 2º período, después de haber participado en todos los procesos formativos del área durante el período; de este proceso deberán quedar evidencias escritas. Plan de actividades de apoyo y superación, evidencias copia alumno, profesor y carpeta de consejo académico).A continuación se presenta un banco de actividades que servirán para los planes de apoyo de acuerdo al grado, la temática y la situación. |
| **RECUPERACION** | **NIVELACION** | **PROFUNDIZACION** |
| Investigar y entregar trabajo escrito sobre las pruebas diagnósticas de las capacidades físicas y sobre los fundamentos del área.Presentar formato con las medidas de cada una de las pruebas diagnósticas individuales y realizarlas en las respectivas jornadas. | Consultar y presentar exposición sobre los métodos de entrenamiento de la flexibilidad, su relación con el deporte y la importancia de esta en la clase de educación física. | Consultar y presentar exposición sobre nuevas tendencias deportivas, y la importancia de esta en la clase de educación física. |
| **ADECUACIONES CURRICULARES**Se Incluyen los tres principios del Diseño Universal del Aprendizaje para la realización de la planeación de las clases y actividades propuestas. Además se realizarán ajustes y flexibilizaciones curriculares para estudiantes con NEE o discapacidad, orientado desde los PIAR (Plan Individual de Ajustes Razonables). Decreto 1421 de 2017 |
| **OBSERVACIONES.** |

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **REGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIAREGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIAREGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIAREGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA** |

 |
| **CONTENIDOS CURRICULARES DE LA COMPETENCIA** |
| CODIGO | **VERSION** | **DENOMINACION** |
| **280301006** |   | **LEVANTAR MUROS EN MAMPOSTERIA DE ACUERDO CON NORMAS, PLANOS Y ESPECIFICACIONES** |
| **RESULTADOS DE APRENDIZAJE** | **CONOCIMIENTOS DE CONCEPTOS Y PRINCIPIOS** | **MATERIA** | **TEMA (INSTITUCION EDUCATIVA)** | **GRADO** | **DOCENTE** |
|  | NORMAS DE SALUD, HIGIENE Y SEGURIDAD PROPIAS DE LA ACTIVIDAD. | EDUCACION FISICA | BENEFICIOS DEL EJERCICIO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|  | CLASIFICACIÓN Y MANEJO DE SOBRANTES Y DESPERDICIOS DE ACUERDO A NORMATIVIDAD AMBIENTAL. | EDUCACION FISICA | JUEGOS COOPERATIVOS | 10 Y 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|  | UTILIZAR MATERIALES, HERRAMIENTAS Y EQUIPOS. | EDUCACION FISICA | JUEGOS DE PELOTAS | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| ALISTAR Y PROTEGER EL ÁREA DE TRABAJO. | EDUCACION FISICA | BENEFICIOS DEL EJERCICIO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| DEFINIR PLOMOS Y NIVELES. | EDUCACION FISICA | GIMNASIA BASICA (VOLTEOS) | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| OPERAR HERRAMIENTAS Y EQUIPOS. | EDUCACION FISICA | DEPORTES DE CONJUNTO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| UTILIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL. | EDUCACION FISICA | DEPORTES DE CONJUNTO | 10 Y 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| MORTEROS: DOSIFICACIONES, PREPARACIÓN. | EDUCACION FISICA | ACONDICIONAMIENTO FISICO | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| UTILIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL. | EDUCACION FISICA | DEPORTES DE CONJUNTO | 10 Y 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| ENTREGAR ACTIVIDADES TERMINADAS. | EDUCACION FISICA | TODOS (REFUERZOS) | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **REGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIAREGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIAREGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIAREGIONAL ANTIOQUIAPROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA** |

 |
| **CONTENIDOS CURRICULARES DE LA COMPETENCIA** |
| **CODIGO** | **VERSION** | **DENOMINACION** |
| **280301006** |   | **INSTALAR REDES DE ACUERDO CON LAS NORMAS, PLANOS Y ESPECIFICACIONES** |
| **RESULTADOS DE APRENDIZAJE** | **CONOCIMIENTOS DE CONCEPTOS Y PRINCIPIOS** | **MATERIA** | **TEMA (INSTITUCION EDUCATIVA)** | **GRADO** | **DOCENTE** |
| Realizar instalaciones hidraulicas y sanitarias de acuerdo a normas, planos y especificaciones | PRINCIPIOS Y PROPIEDADES DE LOS FLUIDOS. | EDUCACION FISICA | EL CUERPO HUMANO EN MOVIMIENTO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| NORMAS TÉCNICAS PARA PROTECCIÓN DE ÁREAS DE TRABAJO. |   |   |   |   |
| Interpretar planos de instalaciones electricas según proyecto a ejecutar | SISTEMA DE UNIDADES. | EDUCACION FISICA | CAPACIDADES CONDICIONALES (TEST DE APTITUD FISICA) | 9,10,11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| OPERACIONES BÁSICAS MATEMÁTICAS. | EDUCACION FISICA | CAPACIDADES CONDICIONALES (TEST DE APTITUD FISICA) | 9,10,11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| GEOMETRÍA PLANA: LÍNEA, ÁNGULOS, POLÍGONOS, CÁLCULO DE ÁREAS, TEOREMA DE PITÁGORAS. | EDUCACION FISICA | JUEGOS DIVERSOS | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CODIGO** | **VERSION** | **DENOMINACION** |
| **240201500** |   | Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social |
| **RESULTADOS DE APRENDIZAJE** | **CONOCIMIENTOS DE CONCEPTOS Y PRINCIPIOS** | **MATERIA** | **TEMA (INSTITUCION EDUCATIVA)** | **GRADO** | **DOCENTE** |
| **24020150012. Gestionar la información de acuerdo con los procedimientos establecidos y con las tecnologías de la información y la comunicación disponibles. INFORMATICA** | Teoría:• Paquete de oficce (word, excel, power point) | EDUCACION FISICA  | EL CUERPO HUMANO EN MOVIMIENTO  | TODOS  | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND  |
|
|
| • Líneas tecnológicas: Conceptos, tipos (Tecnologías de la información y la comunicación, diseño, producción y transformación, materiales y herramientas, cliente). | EDUCACION FISICA  | EL CUERPO HUMANO EN MOVIMIENTO  | TODOS  | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND  |
|
|
|
|
| • Blog | EDUCACION FISICA | EL CUERPO HUMANO EN MOVIMIENTO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| • Redes sociales | EDUCACION FISICA | EL CUERPO HUMANO EN MOVIMIENTO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| •Ofice: Word (trabajo de proyecto media) Excel (datos estadisticos avanzados, funciones, tablas dinamicas) Power point )exposiciones | EDUCACION FISICA  | EL CUERPO HUMANO EN MOVIMIENTO  | TODOS  | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND  |
|
|
|
|
|
|

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **240201500** |   | Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social |
| **RESULTADOS DE APRENDIZAJE** | CONOCIMIENTOS DE CONCEPTOS Y PRINCIPIOS | **MATERIA** | **TEMA (INSTITUCION EDUCATIVA)** | **GRADO** | **DOCENTE** |
| 24020150007. Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la prevención de riesgos ocupacionales de acuerdo con el diagnóstico de su condición física individual y la naturaleza y complejidad de su desempeño laboral. SALUD OCUPACIONAL | Prevención de riesgos ocupacionales: Concepto, Beneficios. | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
|
|
|
| • Pausas Activas | EDUCACION FISICA | CUIDADO CORPORAL | 9,10,11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
|
| •Accidentes de trabajo | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
|
|
| **24020150008. Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional. ERGONOMIA** | Salud ocupacional, que es y marco legal | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| • Factores de riesgo ocupacional: concepto, clasificación | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
| • Riesgos ocupacionales: accidentes de trabajo y enfermedad ocupacional; concepto, marco legal, prevención y control. | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
|
| •Diagnostico y evaluación postural | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| •Factores de riesgo | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| • Ergonomía de la profesión | EDUCACION FISICA | LESIONES DEPORTIVAS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| 24020150009. Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje. CULTURA FISICA | • Programas deportivos: definición, clasificación, aplicación, estrategias de desarrollo, objetivos, clases, requerimientos, ventajas y desventajas. | EDUCACION FISICA | JUEGOS COLECTIVOS | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
|
|
| • Recreación: definición, clases, métodos, aplicaciones, estrategias, características. | EDUCACION FISICA | RECREACION | 9, 10 Y 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
|
|