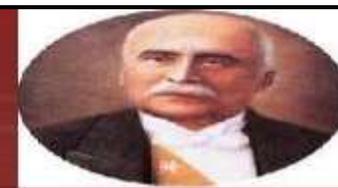




**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
MARCO FIDEL SUÁREZ
MEDELLÍN - COLOMBIA**



SECRETARIA DE EDUCACION

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DOCENTES: RUBEN DARIO CUBIDES, SERGIO ANDRÉS ESPINOSA MARTÍNEZ

GRADO: DÉCIMO

OBJETIVO DEL GRADO: Aplicar técnicas de expresión corporal y hábitos saludables en la vida cotidiana.

PERIODO: 1

INTENSIDAD HORARIA: 20 horas

No. SEMANAS: 10

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA

¿De qué manera se pueden aplicar técnicas de expresión corporal en la vida cotidiana?

COMPETENCIAS:

- **COMPETENCIA MOTRÍZ:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.
- **COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL-PROYECTO APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.
- **COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
- **COMPETENCIA FINANCIERA:** Compara las diferentes opciones que existen en el sistema financiero para tomar decisiones responsables.

COMPONENTE DE INFORMACIÓN

- 1. ACTIVIDAD FÍSICA y SALUD:** Nociones y conceptos para la práctica del ejercicio físico y efectos del ejercicio físico sobre el organismo.
- 2. DESARROLLO PERCEPTIVO MOTRIZ. (Estimulación perceptivo motriz):** Conocimiento y dominio del cuerpo, percepciones y experiencia motrices básicos.

3. HABILIDADES Y DESTREZAS FÍSICO MOTRICES: Capacidades físicas condicionales: Fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, Formación deportiva básica, Iniciación deportiva y Deporte escolar.

4. EXPRESIONES SOCIOMOTRICES: Interacción social: Actitudes y valores culturales, lúdicos, deportivos, recreativos de socialización e integración. Con estos contenidos se debe ejercer una acción pedagógica encaminada a satisfacer las necesidades individuales y sociales del escolar.

ESTANDARES:

- **Desarrollo Motor:** Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.
- **Técnicas del cuerpo:** Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.
- **Condición física:** Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación
- **Lúdica Motriz:** Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego.
- **Lenguajes Corporales:** Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.
- **Cuidado de sí mismo:** Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.

DBA

No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.

CONTENIDOS

- Fundamentos técnicos y tácticos.
- Estructuras de movimiento.
- Fundamentos de la actividad física.
- Sistema financiero (P. Educación Financiera)
- Manifestación de sentimientos (P. Aprovechamiento del tiempo libre)

INDICADORES DE DESEMPEÑO

- Selección de técnicas de movimiento para el proyecto de actividad física.
- Perfección la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.
- Planificación del mejoramiento de la condición física a partir de la actualización de la ficha de evaluación.
- Elaboración de estrategias para hacer más eficiente el juego.
- Orientación del uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de los compañeros, en situaciones de juego y actividad física.
- Organización de un plan de actividad física, de acuerdo con los intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.

PLANES DE MEJORAMIENTO

| NIVELACIÓN | APOYO | PROFUNDIZACIÓN |
|------------|-------|----------------|
|------------|-------|----------------|

| <ul style="list-style-type: none"> Realizar una presentación en diapositivas sobre hábitos de postura e higiene corporal. Realizar un video explicando las condiciones de seguridad al momento de ejecutar ejercicios de fuerza. | <ul style="list-style-type: none"> Hacer un video explicando la técnica del movimiento al momento de ejecutar 5 ejercicios escogidos por el o la estudiante. Preparar un juego de conjunto y llevarlo a la práctica con el grupo al cual pertenece. | <ul style="list-style-type: none"> Propuesta de actividades de investigación sobre la ejecución de técnicas en deportes poco conocidos. Video sobre nuevas tendencias deportivas, para el mejoramiento de la condición física. |
|--|--|--|
| RECURSOS Y ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS | | |
| METODOLOGÍA | RECURSOS | ACTIVIDADES |
| <ul style="list-style-type: none"> ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizaje mediante: <ul style="list-style-type: none"> La concentración de la atención. La planeación del aprendizaje. La evaluación del propio aprendizaje. ESTRATEGIAS AFECTIVAS Ayudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores. <ul style="list-style-type: none"> La disminución de la ansiedad. La propia estimulación. La medición de nuestra temperatura emocional. ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: <ul style="list-style-type: none"> Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. La cooperación con otros. La empatía con otros. | <p>HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general.</p> <p>FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, DVD.</p> <p>MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles.</p> | <p>Explicación teórico-práctica del docente. Consultas. Trabajo en parejas. Sustentación de trabajos. Realización de talleres. Exposiciones. Presentación de películas y videos.</p> |
| PROCESO EVALUATIVO | | |

| CRITERIO | PROCESO | PROCEDIMIENTO |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en Clase. • Consultas y exposiciones. • Trabajo en equipo. • Autoevaluación - coevaluación | <ul style="list-style-type: none"> • 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. | <ul style="list-style-type: none"> • Todas las clases durante cada periodo. • Todas las clases durante cada periodo. • Una vez por periodo. • Una vez por periodo. • Una vez al finalizar el periodo académico. |
| <p>ADECUACIONES CURRICULARES</p> <p>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</p> | | |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
MARCO FIDEL SUÁREZ
MEDELLÍN - COLOMBIA



SECRETARIA DE EDUCACION

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DOCENTES: RUBEN DARIO CUBIDES, SERGIO ANDRÉS ESPINOSA MARTÍNEZ

GRADO: DÉCIMO

OBJETIVO DEL GRADO: Aplicar técnicas de expresión corporal y hábitos saludables en la vida cotidiana.

PERIODO: 2

INTENSIDAD HORARIA: 20 horas

No. SEMANAS: 10

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA

¿De qué manera se pueden aplicar técnicas de expresión corporal en la vida cotidiana?

COMPETENCIAS:

- **COMPETENCIA MOTRÍZ:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.
- **COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL-PROYECTO APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.
- **COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
- **COMPETENCIA FINANCIERA:** Compara las diferentes opciones que existen en el sistema financiero para tomar decisiones responsables.

COMPONENTE DE INFORMACIÓN

1. **ACTIVIDAD FÍSICA y SALUD:** Nociones y conceptos para la práctica del ejercicio físico y efectos del ejercicio físico sobre el organismo.
2. **DESARROLLO PERCEPTIVO MOTRIZ. (Estimulación perceptivo motriz):** Conocimiento y dominio del cuerpo, percepciones y experiencia motrices básicos.

3. HABILIDADES Y DESTREZAS FÍSICO MOTRICES: Capacidades físicas condicionales: Fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, Formación deportiva básica, Iniciación deportiva y Deporte escolar.

4. EXPRESIONES SOCIOMOTRICES: Interacción social: Actitudes y valores culturales, lúdicos, deportivos, recreativos de socialización e integración. Con estos contenidos se debe ejercer una acción pedagógica encaminada a satisfacer las necesidades individuales y sociales del escolar.

ESTANDARES:

- **Desarrollo Motor:** Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.
- **Técnicas del cuerpo:** Presento composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades.
- **Condición física:** Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.
- **Lúdica Motriz:** Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.
- **Lenguajes Corporales:** Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.
- **Cuidado de sí mismo:** Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.

DBA

No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.

CONTENIDOS

- Fundamentos técnicos y tácticos.
- Estructuras de movimiento.
- Fundamentos de la actividad física.
- Sistema financiero (P. Educación Financiera)
- Manifestación de sentimientos (P. Aprovechamiento del tiempo libre)

INDICADORES DE DESEMPEÑO

- Ejecución con calidad de secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.
- Presentación de composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades.
- Elaboración de un plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.
- Participación en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.
- Realización de montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.
- Concientización a los compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.

PLANES DE MEJORAMIENTO

| NIVELACIÓN | APOYO | PROFUNDIZACIÓN |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Hacer un video explicando la técnica del movimiento al momento de ejecutar 5 ejercicios escogidos por el o la estudiante. • Preparar un juego de conjunto y llevarlo a la práctica con el grupo al cual pertenece. • | <ul style="list-style-type: none"> • Visualización y reflexión sobre técnicas de movimiento sobre un deporte escogido por cada estudiante. • Realización y presentación de taller sobre la ficha de evaluación de la condición física de cada estudiante. | <ul style="list-style-type: none"> • Propuesta de actividades de investigación sobre la ejecución de técnicas en deportes poco conocidos. • Video sobre nuevas tendencias deportivas, para el mejoramiento de la condición física. |
| RECURSOS Y ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS | | |
| METODOLOGIA | RECURSOS | ACTIVIDADES |
| <ul style="list-style-type: none"> • ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizaje mediante: <ul style="list-style-type: none"> · La concentración de la atención. · La planeación del aprendizaje. · La evaluación del propio aprendizaje. • ESTRATEGIAS AFECTIVAS Ayudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores. <ul style="list-style-type: none"> ·La disminución de la ansiedad. ·La propia estimulación. ·La medición de nuestra temperatura emocional. • ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: <ul style="list-style-type: none"> · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. · La cooperación con otros. · La empatía con otros. | <p>HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general.</p> <p>FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, DVD.</p> <p>MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles.</p> | <p>Explicación teórico-práctica del docente. Consultas. Trabajo en parejas. Sustentación de trabajos. Realización de talleres. Exposiciones. Presentación de películas y videos.</p> |

| PROCESO EVALUATIVO | | |
|---|---|--|
| CRITERIO | PROCESO | PROCEDIMIENTO |
| <ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en Clase. • Consultas y exposiciones. • Trabajo en equipo. • Autoevaluación - coevaluación | <ul style="list-style-type: none"> • 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. | <ul style="list-style-type: none"> • Todas las clases durante cada periodo. • Todas las clases durante cada periodo. • Una vez por periodo. • Una vez por periodo. • Una vez al finalizar el periodo académico. |
| <p>ADECUACIONES CURRICULARES</p> <p>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</p> | | |



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
MARCO FIDEL SUÁREZ
MEDELLÍN - COLOMBIA**



SECRETARIA DE EDUCACION

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DOCENTES: RUBEN DARIO CUBIDES, SERGIO ANDRES ESPINOSA MARTÍNEZ

GRADO: DÉCIMO

OBJETIVO DEL GRADO: Aplicar técnicas de expresión corporal y hábitos saludables en la vida cotidiana.

PERIODO: 3

INTENSIDAD HORARIA: 20 horas

No. SEMANAS: 10

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA

¿De qué manera los hábitos saludables favorecen a la calidad de vida?

COMPETENCIAS:

- **COMPETENCIA MOTRÍZ:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos.
- **COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL-PROYECTO APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos.
- **COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo.
- **COMPETENCIA FINANCIERA:** Compara las diferentes opciones que existen en el sistema financiero para tomar decisiones responsables.

COMPONENTE DE INFORMACIÓN

- 1. ACTIVIDAD FÍSICA y SALUD:** Nociones y conceptos para la práctica del ejercicio físico y efectos del ejercicio físico sobre el organismo.
- 2. DESARROLLO PERCEPTIVO MOTRIZ. (Estimulación perceptivo motriz):** Conocimiento y dominio del cuerpo, percepciones y experiencia motrices básicos.
- 3. HABILIDADES Y DESTREZAS FÍSICO MOTRICES:** Capacidades físicas condicionales: Fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, Formación deportiva básica, Iniciación deportiva y Deporte escolar.
- 4. EXPRESIONES SOCIOMOTRICES: Interacción social:** Actitudes y valores culturales, lúdicos, deportivos, recreativos de socialización e integración. Con estos contenidos se debe ejercer una acción pedagógica encaminada a satisfacer las necesidades individuales y sociales del escolar.

ESTANDARES:

- **Desarrollo Motor:** Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.
- **Técnicas del cuerpo:** Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.
- **Condición física:** Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.
- **Lúdica Motriz:** Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.
- **Lenguajes Corporales:** Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.
- **Cuidado de sí mismo:** Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.

DBA

No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.

CONTENIDOS

- Fundamentos técnicos y tácticos.
- Estructuras de movimiento.
- Fundamentos de la actividad física.
- Sistema financiero (P. Educación Financiera)
- Manifestación de sentimientos (P. Aprovechamiento del tiempo libre)

INDICADORES DE DESEMPEÑO

- Diseño y realización de esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.
- Aplicación a la vida cotidiana prácticas corporales alternativas.
- Aplicación de los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación.
- Conformación de equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.

| <ul style="list-style-type: none"> Realización de coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales. Definición con precisión y autonomía un proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. | | |
|--|--|--|
| PLANES DE MEJORAMIENTO | | |
| NIVELACIÓN | APOYO | PROFUNDIZACIÓN |
| <ul style="list-style-type: none"> Visualización y reflexión sobre técnicas de movimiento sobre un deporte escogido por cada estudiante. Realización y presentación de taller sobre la ficha de evaluación de la condición física de cada estudiante. | <ul style="list-style-type: none"> Presentación en diapositivas y exposición, sobre tipos de calentamiento y procesos de recuperación de los deportistas, en una disciplina escogida por el o la estudiante. Presentación de coreografía individual o colectiva, de un ritmo musical escogido por el o la estudiante. | <ul style="list-style-type: none"> Propuesta de actividades de investigación sobre la ejecución de técnicas en deportes poco conocidos. Video sobre nuevas tendencias deportivas, para el mejoramiento de la condición física. |
| RECURSOS Y ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS | | |
| METODOLOGIA | RECURSOS | ACTIVIDADES |
| <ul style="list-style-type: none"> ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizaje mediante: <ul style="list-style-type: none"> La concentración de la atención. La planeación del aprendizaje. La evaluación del propio aprendizaje. ESTRATEGIAS AFECTIVAS Ayudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores. <ul style="list-style-type: none"> La disminución de la ansiedad. La propia estimulación. La medición de nuestra temperatura emocional. | <p>HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general.</p> <p>FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, DVD.</p> <p>MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles.</p> | <p>Explicación teórico-práctica del docente. Consultas. Trabajo en parejas. Sustentación de trabajos. Realización de talleres. Exposiciones. Presentación de películas y videos.</p> |

| <ul style="list-style-type: none"> • ESTRATEGIAS SOCIALES <p>Apoyan a los estudiantes en:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. · La cooperación con otros. · La empatía con otros. | | |
|---|---|--|
| PROCESO EVALUATIVO | | |
| CRITERIO | PROCESO | PROCEDIMIENTO |
| <ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en Clase. • Consultas y exposiciones. • Trabajo en equipo. • Autoevaluación - coevaluación | <ul style="list-style-type: none"> • 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. | <ul style="list-style-type: none"> • Todas las clases durante cada periodo. • Todas las clases durante cada periodo. • Una vez por periodo. • Una vez por periodo. • Una vez al finalizar el periodo académico. |
| ADECUACIONES CURRICULARES | | |
| <p>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</p> | | |



SECRETARIA DE EDUCACION

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DOCENTES: RUBEN DARIO CUBIDES, SERGIO ANDRÉS ESPINOSA MARTÍNEZ

GRADO: DÉCIMO

OBJETIVO DEL GRADO: Aplicar técnicas de expresión corporal y hábitos saludables en la vida cotidiana.

| |
|---|
| <p>PERIODO: 4 INTENSIDAD HORARIA: 20 horas No. SEMANAS: 10</p> |
| <p>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA ¿De qué manera los hábitos saludables favorecen a la calidad de vida?</p> |
| <p>COMPETENCIAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • COMPETENCIA MOTRÍZ: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. • COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL-PROYECTO APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos. • COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo. • COMPETENCIA FINANCIERA: Compara las diferentes opciones que existen en el sistema financiero para tomar decisiones responsables. |
| <p>COMPONENTE DE INFORMACIÓN</p> <p>1. ACTIVIDAD FÍSICA y SALUD: Nociones y conceptos para la práctica del ejercicio físico y efectos del ejercicio físico sobre el organismo.</p> <p>2. DESARROLLO PERCEPTIVO MOTRIZ. (Estimulación perceptivo motriz): Conocimiento y dominio del cuerpo, percepciones y experiencia motrices básicos.</p> |

3. HABILIDADES Y DESTREZAS FÍSICO MOTRICES: Capacidades físicas condicionales: Fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, Formación deportiva básica, Iniciación deportiva y Deporte escolar.

4. EXPRESIONES SOCIOMOTRICES: Interacción social: Actitudes y valores culturales, lúdicos, deportivos, recreativos de socialización e integración. Con estos contenidos se debe ejercer una acción pedagógica encaminada a satisfacer las necesidades individuales y sociales del escolar.

ESTANDARES:

- **Desarrollo Motor:** Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.
- **Técnicas del cuerpo:** Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.
- **Condición física:** Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.
- **Lúdica Motriz:** Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.
- **Lenguajes Corporales:** Elaboro un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría.
- **Cuidado de sí mismo:** Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.

DBA

No hay DBA establecidos por el Ministerio de Educación para el área de Educación Física, Recreación y Deportes.

CONTENIDOS

- Fundamentos técnicos y tácticos.
- Estructuras de movimiento.
- Fundamentos de la actividad física.
- Sistema financiero (P. Educación Financiera)
- Manifestación de sentimientos (P. Aprovechamiento del tiempo libre)

INDICADORES DE DESEMPEÑO

- Utilización de técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.
- Dominio de técnicas y tácticas de prácticas deportivas.
- Aplicación en la vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.
- Valoración del tiempo de ocio para la formación y toma del juego como una alternativa importante.
- Elaboración de un montaje que combine danza y representación. determinando coreografía y planimetría.
- Comprensión de la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.

PLANES DE MEJORAMIENTO

| NIVELACIÓN | APOYO | PROFUNDIZACIÓN |
|-------------------|--------------|-----------------------|
|-------------------|--------------|-----------------------|

| <ul style="list-style-type: none"> • Presentación en diapositivas y exposición, sobre tipos de calentamiento y procesos de recuperación de los deportistas, en una disciplina escogida por el o la estudiante. • Presentación de coreografía individual o colectiva, de un ritmo musical escogido por el o la estudiante. | <ul style="list-style-type: none"> • Realizar un video explicando las técnicas respiratorias en una actividad de relajación escogida por el o la estudiante. • Realizar una cartelera, explicando las técnicas de algunos ejercicios físicos. | <ul style="list-style-type: none"> • Propuesta de actividades de investigación sobre la ejecución de técnicas en deportes poco conocidos. • Video sobre nuevas tendencias deportivas, para el mejoramiento de la condición física. |
|---|--|--|
| RECURSOS Y ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS | | |
| METODOLOGIA | RECURSOS | ACTIVIDADES |
| <ul style="list-style-type: none"> • ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS Hace posible el control del propio aprendizaje mediante: <ul style="list-style-type: none"> · La concentración de la atención. · La planeación del aprendizaje. · La evaluación del propio aprendizaje. • ESTRATEGIAS AFECTIVAS Ayudan a los estudiantes a ganar control sobre sus emociones, actitudes, motivaciones y valores. <ul style="list-style-type: none"> · La disminución de la ansiedad. · La propia estimulación. · La medición de nuestra temperatura emocional. • ESTRATEGIAS SOCIALES Apoyan a los estudiantes en: <ul style="list-style-type: none"> · Su interacción con otros y comprender la formulación de preguntas. · La cooperación con otros. | <p>HUMANOS: Directivos docentes, docentes, estudiantes, padres de familia y comunidad en general.</p> <p>FÍSICOS: Planta física de la Institución (placa cubierta y descubierta, auditorio) MEDIOS Y AYUDAS: Películas, televisores, computadores, diapositivas, videos, DVD.</p> <p>MATERIAL DIDÁCTICO: Textos guías, fotocopias, videos, talleres, lecturas, obras revistas, periódicos, láminas, carteles.</p> | <p>Explicación teórico-práctica del docente. Consultas. Trabajo en parejas. Sustentación de trabajos. Realización de talleres. Exposiciones. Presentación de películas y videos.</p> |

| · La empatía con otros. | | |
|---|---|--|
| PROCESO EVALUATIVO | | |
| CRITERIO | PROCESO | PROCEDIMIENTO |
| <ul style="list-style-type: none"> • Participación activa en Clase. • Consultas y exposiciones. • Trabajo en equipo. • Autoevaluación - coevaluación | <ul style="list-style-type: none"> • 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. | <ul style="list-style-type: none"> • Todas las clases durante cada periodo. • Todas las clases durante cada periodo. • Una vez por periodo. • Una vez por periodo. • Una vez al finalizar el periodo académico. |
| <p>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</p> | | |



REGIONAL ANTIOQUIA
 PROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA
 REGIONAL ANTIOQUIA
 PROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA
 REGIONAL ANTIOQUIA
 PROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA
 REGIONAL ANTIOQUIA
 PROGRAMA 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 |
| Modular las piezas de mamposteria según los planos y especificaciones técnicas | MATEMÁTICAS BÁSICAS: SISTEMA DE UNIDADES, CONVERSIONES. | | | | |
| | MATERIALES, ELEMENTOS, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS PARA CONSTRUCCIÓN DE MUROS. | | | | |
| | TIPOS DE MUROS Y CARACTERÍSTICAS. | | | | |
| | APAREJOS, TRABAS, MODULACIONES. | | | | |
| | MODULAR LAS PIEZAS DE MAMPUESTOS. | | | | |
| | CLASIFICACIÓN Y MANEJO DE SOBRANTES Y DESPERDICIOS DE ACUERDO A NORMATIVIDAD AMBIENTAL. | | | | |
| | UTILIZAR MATERIALES, HERRAMIENTAS Y EQUIPOS. | | | | |
| | UTILIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL. | | | | |
| Operar herramientas y equipos para la construcción de elementos | OPERACIÓN DE EQUIPOS (CORTADORA Y/O PULIDORA) Y MANEJO DE HERRAMIENTAS MENORES. | | | | |
| | UTILIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL. | | | | |

| | | | | | |
|---|---|------------------|---------------------------|---------|---|
| con mampuestos según especificaciones y normas de seguridad vigentes | CLASIFICACIÓN Y MANEJO DE SOBRANTES Y DESPERDICIOS DE ACUERDO A NORMATIVIDAD AMBIENTAL. | | | | |
| | NORMAS DE SALUD, HIGIENE Y SEGURIDAD PROPIAS DE LA ACTIVIDAD. | EDUCACION FISICA | BENEFICIOS DEL EJERCICIO | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | NORMAS Y ESPECIFICACIONES TÉCNICAS PROPIAS DE MATERIALES Y EQUIPOS. | | | | |
| | ALMACENAMIENTO Y TRANSPORTE DE MATERIALES, HERRAMIENTAS Y EQUIPOS. | | | | |
| Seleccionar materiales, herramientas y equipos para la construcción de elementos con mampuestos según especificaciones técnicas | MATERIALES, ELEMENTOS, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS PARA CONSTRUCCIÓN DE MUROS. | | | | |
| | ALMACENAMIENTO Y TRANSPORTE DE MATERIALES, HERRAMIENTAS Y EQUIPOS. | | | | |
| | CUANTIFICAR INSUMOS PARA LA ACTIVIDAD A EJECUTAR. | | | | |
| | CUANTIFICACIÓN DE MATERIALES, ELEMENTOS, EQUIPOS, HERRAMIENTAS Y MANO DE OBRA. | | | | |
| | 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 |
| Replantear muros de acuerdo a planos y especificaciones | INTERPRETAR PLANOS ARQUITECTÓNICOS Y DE DETALLES Y ESPECIFICACIONES. | | | | |
| | UTILIZAR MATERIALES, HERRAMIENTAS Y EQUIPOS. | EDUCACION FISICA | JUEGOS DE PELOTAS | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | ALISTAR Y PROTEGER EL ÁREA DE TRABAJO. | | | | |
| | DEFINIR PLOMOS Y NIVELES. | EDUCACION FISICA | GIMNASIA BASICA (VOLTEOS) | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | REALIZAR TRAZADO DE MUROS Y FIJAR REFERENCIAS. | | | | |
| | 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 |
| Construir muros según planos, normas y especificaciones técnicas | TIPOS DE MUROS Y CARACTERÍSTICAS. | | | | |
| | NORMAS Y ESPECIFICACIONES PARA CONSTRUCCIÓN DE MUROS EN MAMPOSTERÍA. | | | | |
| | NIVELES Y PLOMOS: CONCEPTOS, APLICACIONES. | | | | |
| | APAREJOS, TRABAS, MODULACIONES. | | | | |
| | PEGAR MAMPUESTOS. | | | | |
| | APLICAR NORMAS Y ESPECIFICACIONES TÉCNICAS EN LA CONSTRUCCIÓN DE MUROS. | | | | |
| | MORTEROS: DOSIFICACIONES, PREPARACIÓN. | EDUCACION FISICA | ACONDICIONAMIENTO FISICO | 8 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | PROCESO CONSTRUCTIVO DE MUROS Y ARCOS EN MAMPOSTERÍA. | | | | |
| NORMA NSR 10: TITULO D. | | | | | |
| Preparar mezclas según especificaciones técnicas y requerimientos de procesos | MORTEROS: DOSIFICACIONES, PREPARACIÓN. | | | | |
| | APLICAR MORTEROS SOBRE MUROS Y BAJO PLACAS. | | | | |
| | PREPARAR MEZCLAS PARA MORTERO. | | | | |
| | ALISTAR Y PROTEGER EL ÁREA DE TRABAJO. | | | | |
| | UTILIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL. | EDUCACION FISICA | DEPORTES DE CONJUNTO | 10 Y 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| Interpretar planos | PLANOS ARQUITECTÓNICOS Y DE DETALLES. | | | | |

| | | | | | |
|--|---|------------------|-------------------|-------|---|
| arquitectonicos y de detalles según proyecto a ejecutar | MATEMÁTICAS BÁSICAS: SISTEMA DE UNIDADES, CONVERSIONES. | | | | |
| | GEOMETRÍA PLANA: LÍNEA, ÁNGULOS, POLÍGONOS, CÁLCULO DE ÁREAS, TEOREMA DE PITÁGORAS. | | | | |
| | INTERPRETAR PLANOS ARQUITECTÓNICOS Y DE DETALLES Y ESPECIFICACIONES. | | | | |
| Entregar actividades de acuerdo con especificaciones establecidas | NORMAS Y ESPECIFICACIONES TÉCNICAS PROPIAS DE MATERIALES Y EQUIPOS. | | | | |
| | ENTREGAR ACTIVIDADES TERMINADAS. | EDUCACION FISICA | TODOS (REFUERZOS) | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | VERIFICAR CALIDAD DEL PRODUCTO TERMINADO. | | | | |
| Aplicar morteros sobre superficies según especificaciones técnicas | MORTEROS: DOSIFICACIONES, PREPARACIÓN. | | | | |
| | APLICAR MORTEROS SOBRE MUROS Y BAJO PLACAS. | | | | |
| | PREPARAR MEZCLAS PARA MORTERO. | | | | |
| | ALISTAR Y PROTEGER EL ÁREA DE TRABAJO. | | | | |
| | UTILIZAR ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL. | | | | |



REGIONAL ANTIOQUIA
PROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA
REGIONAL ANTIOQUIA
PROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA
REGIONAL ANTIOQUIA
PROGRAMA ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN MEDIA
REGIONAL ANTIOQUIA
PROGRAMA 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 |
| | CONCEPTOS DE PENDIENTE, HORIZONTALIDAD, VERTICALIDAD, PARALELISMO, ORTOGONALIDAD. | EDUCACION FISICA | GIMNASIA BASICA (VOLTEOS, PARADA DE MANOS) | 6,7,8 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | CONCEPTOS DE ESTABILIDAD Y MÉTODOS DE FIJACIÓN. | EDUCACION FISICA | CAPACIDADES COORDINATIVAS | 6,7,8 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | INSTALACIONES HIDRÁULICAS: DEFINICIÓN, COMPONENTES, MATERIALES, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS. | | | | |
| | INSTALACIONES SANITARIAS Y DE AGUAS LLUVIAS: DEFINICIÓN, COMPONENTES, MATERIALES, EQUIPOS Y HERRAMIENTAS. | | | | |
| | FUNDAMENTOS DE NORMA TÉCNICA COLOMBIANA NTC 1500 CÓDIGO COLOMBIANO DE FONTANERÍA. | | | | |

| | | | | | |
|-------------------------------------|--|------------------|--|---------|---|
| | PROCEDIMIENTOS DE TRAZADO Y FIJACIÓN DE REFERENCIAS PARA REDES. | | | | |
| | NORMAS TÉCNICAS PARA PROTECCIÓN DE ÁREAS DE TRABAJO. | | | | |
| | PRUEBA DE PRESIÓN HIDROSTÁTICA: DEFINICIÓN Y EQUIPOS. | | | | |
| | PRUEBA DE ESTANQUIDAD: DEFINICIÓN. | | | | |
| | MÉTODOS DE DETECCIÓN DE FUGAS. | | | | |
| | UTILIZA ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL DE ACUERDO A LA ACTIVIDAD. | | | | |
| | ADOPTA POSICIONES ERGONÓMICAS DURANTE LA ACTIVIDAD DE ACUERDO A NORMAS. | | | | |
| | EXCAVAR Y RELLENAR ZANJAS PARA COLOCACIÓN DE TUBERÍAS ENTERRADAS. | | | | |
| | CORTAR TUBERÍA. | | | | |
| | TENDER Y REALIZAR ACOPLE DE TUBERÍAS DE ACUERDO AL TRAZADO SELECCIONADO. | | | | |
| | ASEGURAR Y PROTEGER TUBERÍA, ACCESORIOS Y DISPOSITIVOS. | | | | |
| | INSTALAR: TRAMPA DE GRASAS, CAJAS DE INSPECCIÓN, CAJAS DE DISTRIBUCIÓN, DESARENADORES. | | | | |
| Interpretar planos de instalaciones | SISTEMA DE UNIDADES. | EDUCACION FISICA | CAPACIDADES CONDICIONALES (TEST DE APTITUD FISICA) | 9,10,11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |

| | | | | | |
|---|---|------------------|--|---------|---|
| electricas según proyecto a ejecutar | OPERACIONES BÁSICAS MATEMÁTICAS. | EDUCACION FISICA | CAPACIDADES CONDICIONALES (TEST DE APTITUD FISICA) | 9,10,11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | INTERPRETAR PLANOS A ESCALA Y SISTEMA DE MEDICIÓN. | | | | |
| | REQUERIMIENTOS DE LAS NORMAS TÉCNICAS PARA INSTALACIONES ELÉCTRICAS, DOMICILIARIAS Y COMERCIALES (NTC 2050, NTC 10013 | | | | |
| | ARTEFACTOS ELÉCTRICOS: DEFINICIÓN, TIPOS Y USOS. | | | | |
| Interpretar planos de instalaciones hidraulicas y sanitarias según proyecto a ejecutar | SISTEMA DE UNIDADES. | | | | |
| | OPERACIONES BÁSICAS MATEMÁTICAS. | | | | |
| | GEOMETRÍA PLANA: LÍNEA, ÁNGULOS, POLÍGONOS, CÁLCULO DE ÁREAS, TEOREMA DE PITÁGORAS. | EDUCACION FISICA | JUEGOS DIVERSOS | TODOS | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | INTERPRETAR PLANOS A ESCALA Y SISTEMA DE MEDICIÓN. | | | | |
| | PLANOS HIDRÁULICOS Y SANITARIOS: ESCALAS, SÍMBOLOS, CONVENCIONES, CUADROS Y DETALLES | | | | |
| Verificar procesos y establecer correctivos según fallas detectadas en la ejecucion de instalaciones tecnicas | NORMAS TÉCNICAS PARA PROTECCIÓN DE ÁREAS DE TRABAJO. | | | | |
| | PRUEBA DE PRESIÓN HIDROSTÁTICA: DEFINICIÓN Y EQUIPOS. | | | | |
| | EFECTÚA PRUEBA DE ESTANQUIDAD EN INSTALACIONES SANITARIAS | | | | |
| | PRUEBA DE ESTANQUIDAD: DEFINICIÓN. | | | | |

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|
| | MÉTODOS DE DETECCIÓN DE FUGAS. | | | | |
| Instalar aparatos hidráulicos, sanitarios y de almacenamiento de acuerdo a las normas, planos y especificaciones | INSTALAR APARATOS DE FONTANERÍA. | | | | |
| | INSTALAR TANQUES DE RESERVA: ELEVADOS, SUBTERRÁNEOS Y OTROS. | | | | |
| | APARATOS DE FONTANERÍA: DEFINICIÓN, MEDIDAS DE INSTALACIÓN, TIPOS Y USOS. | | | | |
| Trazar y fijar referencias para instalaciones técnicas según planos y especificaciones | ANCLAR TUBERÍAS | | | | |
| | REALIZA ESQUEMAS DE LA INSTALACIÓN. | | | | |
| | LOCALIZA, TRAZA Y REGATEA SUPERFICIES SEGÚN PLANOS Y NORMATIVIDAD VIGENTE. | | | | |
| | NIVELA FONDOS DE ZANJA GARANTIZANDO PENDIENTES DE DISEÑO Y SOPORTE DE LA TUBERÍA. | | | | |
| | CORTA, TIENDE Y REALIZA ACOPLA DE TUBERÍAS SEGÚN PROCEDIMIENTOS ESTABLECIDOS Y MANUALES TECNICOS DE FABRICANTES | | | | |
| | UTILIZA ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL DE ACUERDO A LA ACTIVIDAD. | | | | |
| | ADOPTA POSICIONES ERGONÓMICAS DURANTE LA ACTIVIDAD DE ACUERDO A NORMAS. | | | | |
| Seleccionar materiales, herramientas y equipos de acuerdo a la actividad a realizar | MATERIALES CONDUCTORES: CONCEPTOS, DEFINICIONES, CARACTERÍSTICAS, CLASES Y USOS. | | | | |
| | CUANTIFICAR MATERIALES, ELEMENTOS, EQUIPOS, | | | | |

| | | | | | |
|---|---|--|--|--|--|
| | HERRAMIENTAS Y MANO DE OBRA. | | | | |
| | SELECCIONAR Y MANIPULAR LOS ELEMENTOS DE LA INSTALACIÓN ELÉCTRICA. | | | | |
| | SELECCIONAR, CONECTAR Y MANIPULAR INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN. | | | | |
| | DISPONER SOBRANTES Y DESPERDICIOS DE ACUERDO A NORMATIVIDAD AMBIENTAL | | | | |
| | REQUERIMIENTOS DE LAS NORMAS TÉCNICAS PARA INSTALACIONES ELÉCTRICAS, DOMICILIARIAS Y COMERCIALES (NTC 2050, NTC 10013 | | | | |
| Instalar componentes y elementos electricos según normas, planos y especificaciones | ALAMBRAR TUBERÍA COMPRENDIDOS ENTRE LAS CAJAS. | | | | |
| | ELABORAR LOS EMPALMES, UNIONES Y EMBORNAMIENTOS DE ALAMBRES ELÉCTRICOS. | | | | |
| | SELECCIONAR Y MANIPULAR LOS ELEMENTOS DE LA INSTALACIÓN ELÉCTRICA. | | | | |
| | REALIZAR MONTAJES DE APARATOS PARA CIRCUITOS DE ILUMINACIÓN Y DE ALIMENTACIÓN DE USO INTERIOR Y EXTERIOR | | | | |
| | SELECCIONAR, CONECTAR Y MANIPULAR INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN. | | | | |
| | REALIZAR ACOPLES DE TUBOS A CAJAS EN INSTALACIONES ELÉCTRICAS. | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| ANCLAR LAS CAJAS Y ACCESORIOS DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS. | | | | |
| COLOCAR Y NIVELAR LAS CAJAS ELÉCTRICAS. | | | | |
| REGLAMENTOS: RETIE. | | | | |

| 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 ofice (word, excel, power point) | | | | |
| | • Líneas tecnológicas: Conceptos, tipos (Tecnologías de la información y la comunicación, diseño, producción y transformación, materiales y herramientas, cliente). | | | | |
| | • Blog | | | | |
| | • Redes sociales | | | | |
| | • Animaciones | | | | |
| | • Logos | | | | |
| • Foros | | | | | |

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|
| | Conceptual y practica orientada a la idea y plan de negocios | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> •Office: Word (trabajo de proyecto media) Excel (datos estadísticos avanzados, funciones, tablas dinámicas) Power point)exposiciones | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Líneas tecnológicas: (Tics Redes sociales , Web 1.0, 2.0, 3.0). | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> •Logo-publisher | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla correo electrónico | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Blog (concepto, comienza a montar idea de negocios)Orientado al plan de negocios | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Redes sociales (jimdo, webnode, otros) | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Blog (plan de negocios) | | | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Prezi | | | | |

| | |
|-----------|---|
| 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 | Salud ocupacional, que es y marco legal | | | | |
| | • Factores de riesgo ocupacional: concepto, clasificación | | | | |
| | • Riesgos ocupacionales: | | | | |

| | | | | | |
|--|--|------------------|------------|------------|---|
| complejidad del área ocupacional. ERGONOMIA | accidentes de trabajo y enfermedad ocupacional; concepto, marco legal, prevención y control. | | | | |
| | •Diagnostico y evaluación postural | EDUCACION FISICA | ANATOMIA | 9,10,11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRAND |
| | •Factores de riesgo | | | | |
| | • Ergonomía de la profesión | EDUCACION FISICA | ANATOMIA | 10 Y 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. | | | | |
| | • Recreación: definición, clases, métodos, aplicaciones, estrategias, características. | EDUCACION FISICA | RECREACION | 9, 10 Y 11 | 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 |

| | | | | | |
|--|--|------------------|--------------------|------------|---|
| 24020150005. Desarrollar procesos comunicativos eficaces y asertivos dentro de criterios de racionalidad que posibiliten la convivencia, el establecimiento de acuerdos, la construcción colectiva del conocimiento y la resolución de problemas de carácter productivo y social. | Criticidad. • Resolución de problemas: Argumentación, criterios de solución. alternativas creativas, lógicas y coherentes | | | | |
| | • Comunicación: Conceptos, proceso, componentes y funciones tipos, características, comunicación asertiva. | | | | |
| | • Concepto de Inteligencia Emocional | | | | |
| | • Procesos comunicativos, racionales y argumentados | | | | |
| | • Comunicación Verbal • Comunicación No Verbal Proxémica, No verbal Paralinguística | EDUCACION FISICA | EXPRESION CORPORAL | 6 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRA |
| | • Hoja de vida | | | | |
| | • Objetividad-Subjetividad-Intersubjetividad | | | | |
| | • Lógica | | | | |
| | • Coherencia | | | | |
| | • Concepto de Racionalidad • Componentes racionales y emocionales. | | | | |
| • Inteligencia Emocional | | | | | |

| | | | | |
|---|------------------|--------------------|------------|---|
| • Comunicación No Verbal Kinetésica | EDUCACION FISICA | EXPRESION CORPORAL | 6 HASTA 11 | SERGIO ESPINOSA MARTÍNEZ, MARGARITA ESCOBAR BRA |
| • Comunicación No Verbal Paralingüística | | | | |
| • Pensamiento crítico | | | | |
| • Redacción, Ortografía | | | | |
| NTC 1486 y/o APA | | | | |
| • Técnicas de comunicación oral y escrita | | | | |
| | | | | |