

**CENTRO EDUCATIVO EL MANZANILLO
Y SEDES ANEXAS: PRESBITERO CARLOS MESA Y MARÍA
PAULINA TABORDA**

**PLAN DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y
DEPORTES
2018**

**ELABORADO POR:
DOCENTES GRADOS PRIMERO A QUINTO**

**MEDELLÍN
2018**

Referente conceptual

Fundamentos lógico-disciplinares del área

La educación física en su devenir histórico, y en la misma construcción paulatina de la educación institucionalizada, ha estado presente de diferentes maneras y perspectivas en los procesos de estructurar un currículo abierto y flexible, con miradas permanentes a los cambios y las necesidades de los estudiantes y a las condiciones de los contextos donde estos se desarrollan.

Su actual andamiaje es producto de procesos sociales, educativos, políticos y económicos que transforman constantemente y de manera sistemática su cuerpo teórico, y que asumen prácticas diferenciadas en periodos determinados de la historia. Revisar de manera sucinta este trayecto es necesario para comprender la configuración conceptual y epistemológica del área.

Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación. Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).

Además de esta alta incidencia política en la formación del cuerpo y del ser, se tuvo a inicios del siglo XX intervención de la iglesia en la educación; siendo la formación de la moral la prioridad en los procesos educativos, concibiendo una formación física que propendía a la prudencia y el acatamiento de la moralidad. Un cuerpo limitado, un pensamiento sujeto a las directrices sociales y religiosas de la época; expresiones corporales y motrices, sobre todo en el género femenino, limitadas bajo el concepto de delicadeza y pudor; vestuarios que no permitían la posibilidad de amplitud y libertad de los movimientos y mucho menos la percepción de las figuras corporales.

La Campaña de Cultura Aldeana se inició en 1934 bajo el ministerio de Luis López de Mesa y constituyó un intento ambicioso en sus planteamientos, limitado en recursos materiales, y efímero en su duración. Esta campaña contó con buena difusión y sembró grandes esperanzas en la ambición de democratizar la educación. Sus planes giraron en torno a la idea de llevar a los sectores populares nuevos hábitos y costumbres relacionadas con principios de higiene, estética, alimentación y nutrición. Se llegó a plantear la necesidad de restaurar en primer término la condición fisiológica de la población escolar, entendida como la atención al régimen alimenticio, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como premisa

para mejorar las condiciones y los ambientes para la adquisición de los conocimientos en los escolares.

El discurso presente en la década del veinte en los análisis sobre la población, plagado de determinismo geográfico y racial, empezó a ser desplazada y aunque persisten algunos de sus defensores, se abren paso nuevas explicaciones sobre los problemas sociales y educativos. Por lo tanto, se emprenden estudios y se elaboran análisis que pretendían tener sustento científico en disciplinas como la psicología experimental, la medicina, la sociología y la antropometría.

La escasez presupuestal, el aumento de la población, la falta de continuidad en las políticas y en los funcionarios estatales, llevaron al distanciamiento entre los ideales enarbolados y su cobertura a nivel cuantitativo, además de la implementación de acciones que apuntaran a la solución de problemas bien definidos.

Para mediados del siglo XX se expide la Resolución 2011 de 1967, en la cual se contemplan como objetivos específicos, en el programa de Educación Física para la enseñanza media, la formación física, la actitud y formación postural, el cuidado corporal, el tiempo libre, la formación en destrezas naturales, destrezas técnicas y el ritmo. Con los decretos 088 de 1976 y 1419 de 1978 se establecieron lineamientos para conceptualizar los diferentes niveles educativos, formulándose los currículos de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media vocacional. El contenido principal en el preescolar y la primaria fue la psicomotricidad, las funciones perceptivo-motoras, la gimnasia infantil y las cualidades físicas. En secundaria, los contenidos correspondían a la gimnasia, las cualidades físicas y los deportes; mientras para la enseñanza media se crea la modalidad Bachillerato en Educación Física (MEN, 2012).

Fundamentos pedagógicos–didácticos

La educación es un proceso cambiante que se ajusta a las dinámicas sociales. No hay concepto de educación que con el tiempo permanezca. Establecemos esta afirmación para reconocer que la educación física también está mediada por esas dinámicas, además de otras connotaciones de carácter teórico y epistemológico. Desde esa última consideración, en atención a los aportes y conceptos de otras disciplinas como antropología, psicología, biología, sociología y la misma pedagogía (saber fundante) se observan diferentes acepciones y prácticas alrededor de la educación física (Uribe, 2007).

Desde los aportes de Jean Piaget hasta otros teóricos contemporáneos se ha reconocido la importancia de una formación que incluya la corporalidad como ámbito fundamental para el adecuado desarrollo de los sujetos. Diferentes construcciones pedagógicas y educativas coinciden en su aporte para la formación integral de los sujetos implicados en el proceso educativo. La intervención pedagógica del cuerpo

debe trascender la mirada técnica e instrumentalista a la que ha sido sometido, transgredir los límites del paradigma biológico y somatognóstico en el que se ha encasillado (Moreno, 2007) para adquirir importancia en cuanto permite la formación del ser humano en términos de desarrollo humano.

La escuela es, entonces, un lugar privilegiado para que niños, niñas y jóvenes se reconozcan como sujetos por medio de la motricidad que posibiliten la transformación del contexto social y que promuevan aspectos propios de la existencia como “la identidad, la interacción, la inclusión, la interculturalidad, el respeto, la resistencia, el control, la vinculación, la transformación, la diferenciación, la autonomía, la visibilización, la democracia, el arraigo y la potencialización del sujeto” (Arboleda, 2010, p. 20).

Si la educación física, como disciplina pedagógica, es la ciencia y el arte de ayudar a los sujetos en el desarrollo intencional (armonioso, natural y progresivo) de sus facultades de movimiento y de sus facultades personales (González, 1993 citado por Chaverra et al., 2010), entonces desde esa mirada, se puede considerar que la educación física pretende “la formación del ser humano, por medio de la motricidad, entendiendo esta última como medio y fin en sí misma, como vivenciación del cuerpo. La motricidad comprende la expresión motriz intencionada de percepciones, emociones, sentimientos, conocimientos y operaciones cognitivas con el objeto de lograr potencialidades que conduzcan al perfeccionamiento del ser humano” (Chaverra et al., 2010, p. 37).

FINES DE LA EDUCACION COLOMBIANA

(LEY 115, Art. 5º)

1º -“El pleno desarrollo de la personalidad sin mas limitaciones que las que les impone los derechos de los demás y el orden jurídico y dentro de un proceso de formación integral físico, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos”

12- “La formación para formación y para la promoción y preservación de la salud y la higiene de prevención integral de problemas socialmente relevantes, de educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre”

OBJETIVOS COMUNES DE TODO LOS NIVELES

(LEY 115, Art. 13)

a) “Formar la personalidad y capacidad de asumir con responsabilidad y autonomía sus derechos y sus deberes”

g) “Formar una conciencia educativa para el esfuerzo y el trabajo”

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACION BASICA

(LEY 115, Art. 20)

f) “Propiciar la formación social, ética, moral y demás valores del desarrollo humano”

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACION BASICA EN EL CICLO PRIMARIA

(LEY 115 ART. 21)

a) - “La formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática participativa y pluralista”

h) - “La valoración de la higiene y salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente”

i) - “El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo mediante a la practica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico”

NIVEL BÁSICA CICLO PRIMARIA

OBJETIVOS GENERALES

- Lograr a través de la práctica de actividades físicas la maduración motora, básica en el desarrollo mentales;
- Adquirir con la práctica de actividades físicas los elementos que lo conduzcan a un mejor desempeño deportivo
- Identificar los principios de salud y educación por el movimiento y aplicarlos en su vida diaria, desarrollando hábitos de solidaridad proyectando a la comunidad los conocimientos adquiridos
- Transferir las experiencias adquiridas en la utilización del tiempo libre cimentando hábitos de salud e higiene mental
- Concientizarse de la problemática de la Educación Física a nivel nacional en el campo educativo, recreativo y deportivo con el fin de plantear soluciones propias.

ÁREA	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE	GRADO	1	PERIODO	1	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA	MI CUERPO Y EL MOVIMIENTO							
OBJETIVO:	<p>Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos</p> <p>Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal</p> <p>Vivenciar las pautas para la realización de las pautas propias de la actividad física</p>							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.</p> <p>Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.</p> <p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar, y recuperación, al finalizar la actividad física.</p> <p>Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER
<ul style="list-style-type: none"> •Pone en practica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física 	<ul style="list-style-type: none"> •Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario 	<ul style="list-style-type: none"> •Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y actividad física.

INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<p>Mi cuerpo en el espacio</p> <p>La respiración</p> <p>Calentamiento</p> <p>Hidratación y nutrición para la actividad física.</p>	<p>Superior</p> <p>Identifica valora y practica las orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Alto</p>		<p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p> <p>Proyecto de Tiempo libre</p>

	<p>Identifica y practica las orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Básico</p> <p>Practica las orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta practicar las orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE	GRADO	1	PERIODO	2	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA	EL MOVIMIENTO							
OBJETIVO:	<p>Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos</p> <p>Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal</p> <p>Vivenciar las pautas para la realización de las pautas propias de la actividad física</p>							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global segmentario.</p> <p>Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.</p> <p>Exploro técnicas corporales de tensión relajación y control del cuerpo.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> •Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase 	<ul style="list-style-type: none"> •Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase 	<ul style="list-style-type: none"> •Ejecuta las actividades propuestas de predanza apartir de rondas y canciones 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> •Quietud y movimiento •Técnicas de relajación y control del cuerpo 	<p>Superior</p> <p>Identifica explora y practica diferentes posturas y técnicas corporales de tensión , relajación y control del cuerpo</p> <p>Alto</p> <p>Identifica y explora diferentes posturas y técnicas corporales de</p>		<p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p> <p>Proyecto de Tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escenicas</p>

	<p>tensión, relajación y control del cuerpo</p> <p>Básico</p> <p>Identifica diferentes posturas y técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta identificar diferentes posturas y técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE	GRADO	1	PERIODO	3	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA	EXPRESION CORPORAL							
OBJETIVO:	<p>Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos</p> <p>Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal</p> <p>Vivenciar las pautas para la realización de las pautas propias de la actividad física</p>							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.</p> <p>Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.</p> <p>Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> Disfruta la relación con su propio cuerpo con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo 	<ul style="list-style-type: none"> Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio 	<ul style="list-style-type: none"> Demuestra expresiones corporales en vinculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales. 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> Cambios fisiológicos en la actividad física y la pausa El juego Seguimiento de instrucciones Expresión corporal 	<p>Superior</p> <p>Reconoce, practica y demuestra las formas básicas del movimiento y su relación con el espacio y la expresión corporal.</p> <p>Alto</p>		<p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p> <p>Proyecto de Tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p>

	<p>Reconoce y practica las formas básicas del movimiento y su relación con el espacio y la expresión corporal.</p> <p>Básico</p> <p>Reconoce las formas básicas del movimiento y su relación con el espacio y la expresión corporal.</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta reconocer las formas básicas del movimiento y su relación con el espacio y la expresión corporal.</p>		
--	---	--	--

ÁREA	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE	GRADO	1	PERIODO	4	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA	EL JUEGO COLECTIVO							
OBJETIVO:	<p>Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos</p> <p>Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal</p> <p>Vivenciar las pautas para la realización de las pautas propias de la actividad física</p>							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.</p> <p>Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.</p> <p>Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Se divierte y participa reconociendo y aplicando las condiciones de las actividades, al realizar las practicas planteadas 	<ul style="list-style-type: none"> • Compara e identifica las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en la clase 	<ul style="list-style-type: none"> • Propone gestos dancísticos y practicas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo. 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Juego grupal • Predeportivos • Juegos individuales • danza 	<p>Superior</p> <p>Identifica propone y se divierte participando en juegos grupales de acuerdo a sus posibilidades físicas y motrices y acordes con su etapa de desarrollo</p> <p>Alto</p>		<p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p> <p>Proyecto de Tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p>

	<p>Identifica, propone y participa en juegos grupales de acuerdo a sus posibilidades físicas y motrices y acordes con su etapa de desarrollo</p> <p>Básico</p> <p>Identifica y participa en juegos grupales de acuerdo a sus posibilidades físicas y motrices y acordes con su etapa de desarrollo</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta participar en juegos grupales de acuerdo con sus posibilidades físicas y motrices y acordes con su etapa de desarrollo</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACION FISICA	GRADO	2	PERIODO	1	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA								
OBJETIVO:	Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las practicas propias de la actividad física							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar, y recuperación, al finalizar la actividad física. Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física. Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas 	<ul style="list-style-type: none"> Relaciona las posibilidades de movimiento y de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas 	<ul style="list-style-type: none"> Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
Calentamiento Hidratación nutrición e higiene para realizar actividad física El juego	Superior Identifica relaciona y realiza hábitos de higiene postural y espacial para realizar actividades físicas y explora diferentes posibilidades de movimiento y ritmo a partir de juegos y rondas. Alto		Proyecto de tiempo libre Proyecto de artes escénicas Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía

	<p>Identifica y realiza hábitos de higiene postural y espacial para realizar actividades físicas y explora diferentes posibilidades de movimiento y ritmo a partir de juegos y rondas.</p> <p>Básico</p> <p>Identifica hábitos de higiene postural y espacial para realizar actividades físicas y explora diferentes posibilidades de movimiento y ritmo a partir de juegos y rondas.</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta identificar hábitos de higiene postural y espacial para realizar actividades físicas y explorar diferentes posibilidades de movimiento y ritmo a partir de juegos y rondas.</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACION FISICA	GRADO	2	PERIODO	2	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA								
OBJETIVO:	Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las practicas propias de la actividad física							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos. Exploro formas básicas de movimiento aplicadas a forma y modalidades gimnásticas. Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.							

SABER SER		SABER CONOCER		SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Respeta el desempeño en los juegos de sus compañeros 		<ul style="list-style-type: none"> • Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física 		<ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO					
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS		
<ul style="list-style-type: none"> • El movimiento • Modalidades gimnásticas • Técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo 	<p>Superior</p> <p>Explora, identifica y desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas y analiza los cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.</p> <p>Alto</p> <p>Identifica y desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas y analiza los cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.</p>		<p>Proyecto de tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p> <p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía</p>		

	<p>Básico</p> <p>Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas y analiza los cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta desarrollar diferentes juegos y actividades rítmicas y analiza los cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACION FISICA	GRADO	2	PERIODO	3	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA								
OBJETIVO:	Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las practicas propias de la actividad física							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas. Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades. Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Respeta y reconoce las diferencias presentadas entre los diferentes estudiantes del grupo 	<ul style="list-style-type: none"> • Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de los compañeros a través del juego individual y grupal 	<ul style="list-style-type: none"> • Experimenta y pone en practica las posibilidades de conocer y sentir las variaciones en su respiración, sudoración y latido cardiaco a partir de diferentes practicas corporales 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Juego limpio • Juegos individuales • Juegos grupales • Coordinación • Ajuste postural 	<p>Superior Reconoce, respeta y aplica el juego limpio como fundamento para la sana convivencia.</p> <p>Alto Reconoce y aplica el juego limpio como fundamento para la sana convivencia.</p>		Proyecto de tiempo libre Proyecto de artes escénicas Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía

	<p>Básico</p> <p>Aplica el juego limpio como fundamento para la sana convivencia.</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta aplicar el juego limpio como fundamento para la sana convivencia.</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACION FISICA	GRADO	2	PERIODO	4	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE								
UNIDAD TEMÁTICA								
OBJETIVO:	Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las practicas propias de la actividad física							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar. Exploro el juego como un momento especial en la escuela. Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase aplicando las pautas de higiene postural y corporal 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Hábitos de vida saludable 	<p>Superior</p> <p>Explora, reconoce y practica hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego.</p> <p>Alto</p> <p>Reconoce y practica hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego</p>		<p>Proyecto de tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p> <p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía</p>

	<p>Básico</p> <p>Practica hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego</p> <p>Bajo</p> <p>Se le dificulta practicar hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	3°	PERIODO	1	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE	LINA MARÍA URIBE VARGAS							
UNIDAD TEMÁTICA								
OBJETIVO:	<p>Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</p> <p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.</p>							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>KINESTÉSICO DE MOVIMIENTO Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar, y recuperación, al finalizar la actividad física.</p> <p>COMUNICATIVO-LUDICO Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>INTEGRALIZADOR BIOPSIICOSOCIAL Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física. Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.	Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Conductas psicomotoras • Lateralidad y direccionalidad • Dependencia segmentaria 	<p>SUPERIOR Demuestra interés y ejecuta con precisión formas básicas de locomoción y movimiento de segmentos corporales combinando equilibrio, nociones de espacio y direccionalidad.</p> <p>ALTO</p>		<p>Proyecto de tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p> <p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p>

	<p>Ejecuta formas básicas de locomoción y movimiento de segmentos corporales combinando equilibrio, nociones de espacio y direccionalidad.</p> <p>BÁSICO Algunas veces ejecuta formas básicas de locomoción y movimiento de segmentos corporales combinando equilibrio, nociones de espacio y direccionalidad.</p> <p>BAJO Se le dificulta ejecutar formas básicas de locomoción y movimiento de segmentos corporales combinando equilibrio, nociones de espacio y direccionalidad.</p>		
--	---	--	--

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	3°	PERIODO	2	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	LINA MARÍA URIBE VARGAS						
OBJETIVO:	Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>KINESTÉSICO DE MOVIMIENTO Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos. Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.</p> <p>COMUNICATIVO-LUDICO Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo. Realizo movimientos adecuados utilizando mi tren inferior y superior</p> <p>INTEGRALIZADOR BIOPSIOSOCIAL Realizo actividades de manipulación y conducción con pequeños elementos. Realizo de forma adecuada los diferentes gestos técnicos de mini deportes.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.	Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Conductas psicomotoras • Iniciación a destrezas elementales • Destrezas artísticas • Iniciación a la expresión rítmica 	<p>SUPERIOR Explora, reconoce y ejecuta variados movimientos en diferentes niveles de ejecución, distancia y formas.</p> <p>ALTO</p>		<p>Proyecto de tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p> <p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p>

	<p>Reconoce y ejecuta variados movimientos en diferentes niveles de ejecución, distancia y formas.</p> <p>BÁSICO Algunas veces reconoce y ejecuta variados movimientos en diferentes niveles de ejecución, distancia y formas.</p> <p>BAJO Se le dificulta reconocer y ejecutar variados movimientos en diferentes niveles de ejecución, distancia y formas.</p>		
--	--	--	--

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	3°	PERIODO	3	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE	LINA MARÍA URIBE VARGAS							
OBJETIVO:	<p>Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</p> <p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.</p>							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>KINESTÉSICO DE MOVIMIENTO Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.</p> <p>COMUNICATIVO-LUDICO Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física. Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Realizo de forma adecuada los diferentes gestos técnicos de los mini deportes.</p> <p>INTEGRALIZADOR BIOPSIICOSOCIAL Participo activamente de los juegos, predeportivos, y ejecuto diferentes actividades físico-motrices.</p>							
SABER SER			SABER CONOCER			SABER HACER		
Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.			Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.			Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.		
INDICADORES DE DESEMPEÑO								
TEMAS		NIVEL DE DESEMPEÑO		D.B.A		TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS		
<ul style="list-style-type: none"> • Altura y profundidades en experiencias atléticas. • Carrera libre • Carrera con obstáculos • Saltos y lanzamientos 		<p>SUPERIOR Identifica, explora y desarrolla habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego.</p> <p>ALTO</p>				<p>Proyecto de tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p> <p>Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.</p>		

	<p>Identifica y explora habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego.</p> <p>BÁSICO Algunas veces identifica y explora habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego.</p> <p>BAJO Se le dificulta identificar y explorar habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego.</p>		
--	---	--	--

ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	3°	PERIODO	4	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE	LINA MARÍA URIBE VARGAS							
OBJETIVO:	Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>KINESTÉSICO DE MOVIMIENTO Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.</p> <p>COMUNICATIVO-LUDICO Participo de las actividades lúdicas deportivas cumpliendo las normas básicas. Discuto y concreto con mis compañeros reglas de juego. Participo en juegos extra clase de manera frecuente. Participo en la organización y ejecución de los proyectos lúdicos, deportivos.</p> <p>INTEGRALIZADOR BIOPSIICOSOCIAL Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales. Exploro gestos, representaciones y bailes. Exploro juegos y actividades físicas de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
Respeto las normas establecidas en la realización de juegos.	Conoce los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos y actividad física y en las partes del cuerpo que logra identificarlos.	Realiza formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> Integración de experiencias coordinadas y juegos con elementos 	<p>SUPERIOR Reconoce, explora y realiza formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p>		<p>Proyecto de tiempo libre</p> <p>Proyecto de artes escénicas</p>

<ul style="list-style-type: none">• Lateralidad• Coordinación• Equilibrio	<p>ALTO Reconoce y explora formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p> <p>BÁSICO Algunas veces reconoce y explora formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p> <p>BAJO Se le dificulta reconocer y explorar formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p>		Proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía.
---	---	--	--

ÁREA	Educación física	GRADO	4	PERIODO	1	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar						
OBJETIVO:	Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos. Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas. Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas. Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física. Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER
<ul style="list-style-type: none"> • Valoro la importancia de la actividad física para la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego.

INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Movimientos corporales simples • Ejercicios de coordinación • Ejercicios de equilibrio 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce tipos y funciones de los movimientos corporales simples. • Coordina movimientos corporales de: flexión, extensión (de miembros superiores, inferiores y cintura), rotación 		PRAE Convivencia Sexualidad

	<p>(giros), traslación, (movimientos de lateralidad, adelante y atrás) y suspensión (trepar).</p> <ul style="list-style-type: none">• Realiza ejercicios de calentamiento a través de juegos.• Demuestra conocimientos del equilibrio corporal interactuando con el propio cuerpo y/o con diferentes objetos.		
--	--	--	--

ÁREA	Educación física	GRADO	4	PERIODO	2	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar						
OBJETIVO:	<ul style="list-style-type: none"> Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. 						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>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. Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal. Decido mi tiempo de juego y actividad física.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas. 	<ul style="list-style-type: none"> Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas 	<ul style="list-style-type: none"> Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros. 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> Iniciación deportiva Reglas del atletismo Juegos deportivos 	<ul style="list-style-type: none"> Practica ejercicios de iniciación deportiva, a través de juegos, en las modalidades atléticas individuales seleccionadas aplicando los reglamentos y fundamentos básicos. 		Tiempo libre PRAE Valores Sexualidad

	<ul style="list-style-type: none">• Manifiesta actitudes de trabajo colaborativo en la práctica de deportes colectivos.• Participa de actividades deportivas, recreativas.		
--	---	--	--

ÁREA	Educación Física	GRADO	4	PERIODO	3	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar							
UNIDAD TEMÁTICA								
OBJETIVO:	<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física. Propongo momentos de juego en el espacio escolar. Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal. Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas. 	<ul style="list-style-type: none"> Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales, 	<ul style="list-style-type: none"> Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> Salto largo Lanzamiento de bala Carreras Paseos cortos 	<ul style="list-style-type: none"> Conoce las reglas básicas de las modalidades atléticas individuales: carrera de 50 m (dimensiones del carril y las salidas falsas), salto largo 		Salidas pedagógicas PRAE Valores

	<p>(dimensiones, forma del saltómetro y descalificaciones) y lanzamiento de bala (dimensiones, forma del implemento y del lanzómetro, descalificaciones).</p> <ul style="list-style-type: none">• Participa de actividades deportivas, recreativas y de paseos que posibiliten la interacción con el medio ambiente.		
--	--	--	--

ÁREA	Educación física	GRADO	4	PERIODO	4	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar						
OBJETIVO:	Reconocer en los deportes y disciplinas, los valores para aplicar en la vida diaria.						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</p> <p>Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad.</p> <p>Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.</p> <p>Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</p> <p>Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.</p> <p>Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices individuales y de grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Propone momentos de juego en el espacio escolar 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Baloncesto • Balonmano • Fútbol 	<p>Disfruta de la práctica de diferentes deportes.</p> <p>Participa y disfruta de torneos interclase en diferentes deportes.</p> <p>Comprende las reglas básicas de los diferentes deportes practicados.</p>		<p>Tiempo libre</p> <p>PRAE</p> <p>Sexualidad</p>

ÁREA	Educación Física	GRADO	5	PERIODO	1	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar						
OBJETIVO:	Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos. Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas. Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas. Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física. Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal. 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Juegos • Ptedeportivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Compara sus desempeños motores con los de sus compañeros para construir formas de juego participativas e incluyentes. 		Tiempo libre PRAE

	<ul style="list-style-type: none">• Utiliza sus habilidades en el desarrollo de un juego motor para resolver los problemas que se le presentan de manera inmediata con un menor gasto energético.• Desarrolla un juicio moral respecto a su actitud y a la de sus compañeros en situaciones de juego y de su vida diaria.		
--	--	--	--

ÁREA	Educación Física	GRADO		PERIODO	2	INTENSIDAD HORARIA	2	
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar							
OBJETIVO:	Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.							
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>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 constructores del juego. Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical. Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</p>							

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas. 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Ritmo • Coordinación • Equilibrio 	Distingue la coordinación dinámica general de la segmentaria a partir de formas de locomoción, participando en		Tiempo libre PRAE Sexualidad

	<p>actividades rítmicas y juegos colectivos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Construye secuencias rítmicas para favorecer el desarrollo de habilidades por medio de la combinación de movimientos y percusiones.• Muestra seguridad y confianza al realizar las actividades, al tiempo que las traslada a su contexto familiar para compartirlas.		
--	--	--	--

ÁREA	Educación Física	GRADO	5	PERIODO	3	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	Margarita Gómez salazar						
OBJETIVO:	Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</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> <p>Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Carreras • Velocidad • Fuerza • Resistencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica movimientos rápidos y fluidos para mejorar su agilidad y generar respuestas motrices controladas. 		<p>Tiempo libre</p> <p>PRAE</p> <p>Sexualidad</p>

	<ul style="list-style-type: none">• Controla diversos objetos para adaptar sus desempeños a habilidades motrices.• Asume actitudes positivas para contribuir en el desempeño propio y el de sus compañeros.		
--	--	--	--

ÁREA	Educación Física	GRADO	5	PERIODO	4	INTENSIDAD HORARIA	2
DOCENTE	Margarita Gómez Salazar						
OBJETIVO:	Controlar las diferentes funciones motoras para realizar movimientos de coordinación.						
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA	<p>Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento. Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad. Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física. Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares. Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado. Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.</p>						

SABER SER	SABER CONOCER	SABER HACER	
<ul style="list-style-type: none"> • Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce el estado de su condición física y su relación con su estado emocional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa de forma activa en las diferentes expresiones motrices mejorando la interacción con los demás. 	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
TEMAS	NIVEL DE DESEMPEÑO	D.B.A	TRANSVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS
<ul style="list-style-type: none"> • Competencias • Carreras de atletismo • Gimnasia rítmica 	<ul style="list-style-type: none"> • Relaciona la expresión verbal respecto a los elementos del lenguaje gestual a partir de sus experiencias. 		Tiempo libre PRAE Sexualidad

	<ul style="list-style-type: none">• Emplea los recursos comunicativos para usar un código con el cuerpo como herramienta de transmisión de ideas.• Participa generando una interacción personal y comunicación con los demás para favorecer la convivencia.		
--	--	--	--