



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN DE MEDELLÍN



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

ÁREA: Educación Física Recreación y Deportes

Docentes:

Alba Cecilia Posada López

Hugo Henry Muñoz Muñoz

2025



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

1. Identificación Institucional

La INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA, es una institución mixta y de carácter público, aprobada por la Secretaría de Educación Municipal de Medellín, mediante la Resolución 10030 del 11 de octubre de 2013, para impartir enseñanza formal en los niveles de Educación Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria, Media Académica y Media técnica laboral en organización de viajes, en jornada mañana continua y tarde continua. El plantel está ubicado en la Calle 1 N° 29 – 300, barrio Poblado Comuna 14, Núcleo Educativo del Municipio de Medellín, Departamento de Antioquia, Colombia, teléfonos 354 1437, No. de identificación del DANE 105001002716, NIT 9007070 80-1.

Como Institución Educativa pública encaminamos nuestra labor hacia el logro de una educación con calidad en el marco de una atención integral, desde un enfoque diferencial, de inclusión social y con perspectiva de derechos a niños, niñas y adolescentes.

El área busca a través de las prácticas comunicativas y lingüísticas, el desarrollo de las competencias comunicativa, textual discursiva, intertextual literaria y gramatical, para la apropiación del conocimiento desde una perspectiva transversal a las demás áreas fundamentales de la básica de la media y de la media técnica.

Partiendo de los fundamentos establecidos en los Lineamientos Curriculares donde el área de Lengua Castellana establece la perpetuación del hombre dentro de la sociedad por medio de la lengua materna y la literatura, presentando unos conceptos clave, enfoques y orientaciones pertinentes para el desarrollo del lenguaje; pero no es suficiente la programación curricular si la práctica pedagógica no se analiza desde los enfoques, procesos y competencias; además se conceptualizan los aspectos y ejes de articulación expuestos en los Estándares Curriculares.

Cuenta con la implementación de una metodología y estructuración de estrategias que dan cuenta de los procesos de enseñanza que adelanta el docente, el engranaje de participación de las demás áreas y los procesos de aprendizaje que los estudiantes desarrollan a diario por medio de las prácticas pedagógicas; Los objetos del conocimiento del área están constituidos por: el lenguaje como comunicación, las reglas gramaticales y

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:
ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

fonéticas, la comprensión y producción de textos y el disfrute y goce literario; así mismo los criterios de evaluación del área están contruidos sobre la base de los procesos que sustentan las competencias.

Está constituida por ejes temáticos como: La interpretación de lectura, producción textual, discurso oral y escucha literaria, ética comunicativa, sistemas simbólicos y desarrollo del pensamiento. Cada uno de estos ejes está constituido por otros ejes temáticos que se han secuenciado de manera coherente desde preescolar hasta el grado once. Se pretende que los estudiantes desarrollen competencias críticas de lectura, argumentación oral y escrita e intertextualidad literaria.

Con esta área se pretende aportar a solucionar los problemas y necesidades en el ámbito de la comunicación, en pro de formar un estudiante competente y transformador de las condiciones sociales a las que les toca desempeñarse.

Premio A La Calidad Educativa

El premio a la Calidad Educativa otorgado en el año 2022 por la Alcaldía de Medellín: Distrito de ciencia, tecnología e innovación a la Institución Educativa Santa Catalina de Siena, nos llena de gran satisfacción y orgullo por el deber cumplido. Nos sentimos privilegiados en recibir este reconocimiento.

La visión y misión que construimos en antaño, junto con un equipo humano con alto sentido de pertenencia, nos permite consolidarnos hoy como una de las mejores instituciones de la ciudad.

1.1 Horizonte Institucional

1.2 Misión

La Institución Educativa Santa Catalina de Siena, de carácter oficial, forma seres integrales desde la sana convivencia, el respeto por la diversidad, la equidad y la construcción flexible e incluyente de un proyecto de vida, brindando herramientas para que continúen con su proceso de formación y contribuyan al desarrollo social.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

1.3 Visión

Para el 2029, la Institución Educativa Santa Catalina de Siena será reconocida por su calidad humana e investigativa y la proyección de la media técnica. Con procesos de formación en pensamiento crítico y hábitos saludables, un centro de investigación pedagógica y proyectos de vida sustentados en la autonomía, la felicidad, el respeto por la diversidad, la libertad y el liderazgo en la construcción de ciudadanos inspiradores y conscientes de su entorno.

1.4 Política de Calidad

En la Institución Educativa Santa Catalina de Siena, reconocemos que las políticas de calidad es el eje fundamental de nuestro quehacer institucional. Nos comprometemos a garantizar procesos educativos de calidad que fomenten el aprendizaje significativo y el desarrollo integral del estudiantado, permitiéndoles fortalecer las competencias necesarias para su crecimiento personal, social y profesional.

Para ello, aseguramos una planificación curricular alineada con los estándares educativos nacionales, promovemos prácticas pedagógicas innovadoras, optimizamos la gestión de clases y realizamos un seguimiento académico continuo, basado en la mejora constante.

Nuestra institución orienta sus esfuerzos hacia la excelencia educativa, enmarcándose en los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional y adoptando estrategias que evidencien el impacto del proceso académico en la formación de ciudadanos críticos, responsables y comprometidos con la sociedad.

Como parte de nuestro compromiso con la calidad, promovemos una cultura de evaluación y retroalimentación permanente, fomentando la participación la comunidad educativa en la mejora de los procesos de enseñanza y aprendizaje. Así mismo, garantizamos un ambiente escolar inclusivo, equitativo y respetuoso, donde cada estudiante tenga la oportunidad de desarrollar su potencial en un entorno seguro y motivador.

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:
ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

De esta manera, reafirmamos nuestra misión de formar personas íntegras, con valores éticos y competencias para enfrentar los desafíos del mundo actual, asegurando una educación de calidad basada en principios de excelencia, equidad y mejora continua.

2. Introducción

La Institución Educativa Santa Catalina de Siena tiene contemplado en su visión para el año 2025, destacarse por formar integralmente ciudadanos autónomos, críticos, creativos y democráticos en los niveles de Educación Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Académica, que valoren el saber científico, social, cultural y que sean competentes para continuar su formación técnica, tecnológica y profesional.

Para dicho propósito, el modelo pedagógico que delimita el PEI y en cuyo interior subyacen otras esferas como la fundamentación curricular, deben cobrar vida en la estructuración de los planes de estudio.

Si bien es cierto que dicha visión es global, cada uno de los componentes y por ende cada una de las áreas fundamentales contempladas en la ley general de Educación e impartidas de acuerdo con la intensidad horaria, espacios y recursos requeridos, deben contribuir a ella. Cada una de las competencias trazadas desde los estándares curriculares debe hacer parte de esta construcción.

Por este motivo el Área de Educación Física, luego de reflexiones y sugerencias realizadas por expertos de expedición currículo, se ha permitido plantear y transformar el plan de estudios, realizando adaptaciones al contexto y aplicándolas a las necesidades básicas de la población educativa.

3. Justificación

El campo de la Educación Física, Recreación y Deportes ha tratado tradicionalmente al ser humano desde una perspectiva dualista, enfocándose en el estudio de lo orgánico y lo físico, considerando al individuo como un cuerpo o un objeto de movimiento mecánico, sin



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

abordar su totalidad de manera integral. Aspectos como la formación educativa, el desarrollo intelectual y la enseñanza en un sentido amplio no siempre han sido incluidos dentro de la educación física, a pesar de que esta forma parte del sistema educativo general. Actualmente, se busca una visión más holística del ser humano, entendiéndolo como un todo en movimiento. Por ello, el enfoque cognitivo e integral.

En la Institución Educativa Santa Catalina de Siena, la enseñanza de la Educación Física tiene como propósito responder a las exigencias curriculares establecidas por el Ministerio de Educación Nacional para las instituciones educativas del país. De esta manera, adoptamos, promovemos y desarrollamos los objetivos establecidos en la Ley General de Educación. El área busca formar personas con valores fundamentales como la lealtad, la solidaridad, el respeto, la integridad personal, la equidad, la libertad de expresión y el pensamiento crítico, dotándolos de herramientas para enfrentar los desafíos de una sociedad en constante evolución. Uno de los principales objetivos de la actividad física es fomentar hábitos de vida saludable, promover la autonomía, favorecer el conocimiento del propio cuerpo y contribuir a la educación para la salud. Además, busca el dominio de diversas expresiones motrices y el aprovechamiento del tiempo libre. A través de la teoría y la práctica del conocimiento corporal, es posible influir positivamente en la conducta.

4. Marco Contextual

4.1. Caracterización de la Población Escolar.

Comparativamente de 2013 a 2018, se ha venido equilibrando la población de acuerdo con el género, actualmente la población escolar de la INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA, está conformada por 532 estudiantes de los cuales, el 53 % (280), son mujeres y el 47% (252), hombres.

La existencia de población masculina y femenina en el plantel, desde años atrás, en el nivel de Básica primaria, bachillerato favorece una dinámica de interacciones mediada por tradicionales roles masculinos, como la fuerza y la agresividad, evidenciada en las relaciones de diálogos, enamoramiento, complicidad con las niñas y la competitividad presente en los encuentros recreativos. Lúdicos en los cuales ha predominado el fútbol,



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

como la opción de recreación más reconocida a nivel institucional, además, por la no existencia de una cancha para la práctica de este deporte, se dificulta la convivencia.

Actualmente con gestión de la rectora Diana de los Ríos y la Comunidad Educativa y barrial, se adecua el espacio de la jardinera para actividades recreativas, espacio donde era la piscina, en donde se tendrá oportunidad de practicar diversos deportes como el baloncesto, voleibol, microfútbol y fútbol, en dos canchas.

Esto permitirá incrementar las opciones recreativas y deportivas tanto para los hombres, como para las mujeres, así mismo, se constituye en una oportunidad para generar mayores relaciones de equidad y respeto entre la población masculina y femenina del plantel.

INFORMACIÓN DE MATRÍCULA EN EDAD ESCOLAR Y DOCENTES					
ESTUDIANTES POR SEXO SEGÚN NIVEL EDUCATIVO 2020			DOCENTES POR NIVEL EDUCATIVO 2025		
Transición (Grado 0)				Transición	
Básica Primaria (Grados 1-5)				Básica Primaria	
Básica Secundaria (Grados 6-9)				Básica Secundaria	
Media (Grados 10-11)				Media	
TOTAL				TOTAL	
% Estudiantes por Sexo				Relación Alumno Docente	
¿EL ESTABLECIMIENTO TIENE ACTUALMENTE...?	CLEI (Ciclos Lectivos Especiales Integrados para Adultos)	No		AA (Aceleración de Aprendizaje)	No

4.2. Situación Socioeconómica.

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:
ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Las familias que componen la institución viven en hogares clasificados mayoritariamente en los estratos 2 y 3, ello corresponde al 91,92% de la población escolar, sin embargo, la ubicación del plantel cerca a sectores de estrato 4, 5 y 6, permite que un 6,1 % de estudiantes provenga de familias con mejores índices de calidad de vida. Cabe resaltar que el 2.53% de los escolares se encuentra ubicado en los estratos 0 y 1, lo cual indica que pertenecen a población en extrema pobreza, o en condición de desplazamiento.

La distribución de los estudiantes del plantel de acuerdo con estrato socioeconómico es la siguiente:

CARACTERIZACIÓN SOCIOECONÓMICA DE LOS ESTUDIANTES 2020							
% de estudiantes por estrato socioeconómico	Estrato 0	Estrato 1	Estrato 2	Estrato 3	Estrato 4	Estrato 5	Estrato 6
	%	%	%	%	%	%	%
POBLACIÓN SISBENIZADA 541- 47.3%							
% de estudiantes por Nivel de Sisbén	Sisbén 0	Sisbén 1	Sisbén 2	Sisbén 3			
		%	%	%			

Fuente: SIMAT febrero 2020

4.3. Sectores de Procedencia de los Estudiantes.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

BARRIOS	PRIMARIA	SECUNDARIA	TOTAL	%
LA CHACONA				
LOS PARRAS				
LOS GONZALES. (EL CHISPERO)				
LA Y.				
LA VIRGEN				
EL CHISPERO				
EL GARABATO				
EL HOYO				
LA OLLA				
VIZCAYA				
COPACABANA				
ROBLEDO				
NIQUIA				
MANRIQUE				
BUENOS AIRES				
SAN LUIS				
LOMA DEL INDIO				
SAN LUCAS				



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

LA CRUZ.				
GUAYABAL				
ITAGÜI				
BOSQUESITOS				
QUINTAS DEL SALVADOR				
LA TOMATERA				
VILLATINA				
LOMA DE SAN JULIAN				
LA MILAGROSA				
EL TESORO				
BELÉN				

4.4. Sectores de Procedencia.

Existe un total de dieciséis (16) estudiantes pertenecientes a familias en condición de desplazamiento, quienes reciben apoyo y acompañamiento del gobierno local, con programas de alimentación escolar y subsidios como “Mas Familias en Acción”, generalmente su desplazamiento obedece a fenómenos relacionados con la violencia producida por el conflicto armado que se vive en el país.

Aunque el porcentaje de estudiantes en esta condición es menor, preocupa la situación familiar que viven estos niños debido al desarraigo de sus sitios de origen, a las dificultades para incorporarse a la dinámica social de la ciudad y a que generalmente sus familias se ubican en los barrios subnormales carentes de los mínimos servicios públicos, lo cual afecta su rendimiento académico e incrementa los factores de riesgo hacia las problemáticas juveniles.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

4.5. Población en Condición de Desplazamiento.

Existe un total de dieciséis (16) estudiantes pertenecientes a familias en condición de desplazamiento, quienes reciben apoyo y acompañamiento del gobierno local, con programas de alimentación escolar y subsidios como “Mas Familias en Acción”, generalmente su desplazamiento obedece a fenómenos relacionados con la violencia producida por el conflicto armado que se vive en el país.

Aunque el porcentaje de estudiantes en esta condición es menor, preocupa la situación familiar que viven estos niños debido al desarraigo de sus sitios de origen, a las dificultades para incorporarse a la dinámica social de la ciudad y a que generalmente sus familias se ubican en los barrios subnormales carentes de los mínimos servicios públicos, lo cual afecta su rendimiento académico e incrementa los factores de riesgo hacia las problemáticas juveniles.

4.6. Población Perteneciente a Grupos Étnicos.

Existe poca presencia de estudiantes pertenecientes a grupos étnicos debido a que esta población está asentada en sectores de la Comuna 14 alejados del plantel, sin embargo, se evidencian 2 hombres y 6 mujeres afrodescendientes, los cuales en su mayoría pertenecen a la Básica Primaria. Se requiere mayor impulso al proyecto curricular de afrocolombianidad con el fin de que la Comunidad Educativa valore y resignifique la diversidad étnica y cultural de la nación, evitando situaciones de rechazo y acoso escolar. En el plantel se forman aproximadamente 1 estudiantes pertenecientes a población indígena, pero sólo uno de ellos, se asume como tal y comparte en comunidad sus costumbres ancestrales e idioma nativo.

4. Marco Legal

El Plan Colombiano de Educación Física, se justifica en razones legales, sociales, educativas y políticas, que fundamentan la necesidad de su diseño, estudio, concentración y puesta en marcha en beneficio de la sociedad colombiana.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

Desde el punto de vista normativo, el Plan Colombiano de Educación Física, se apoya en un amplio cuerpo de referencias contenidas en la constitución política y la legislación colombiana que proporcionan las bases de concertación, diseño, elaboración, aplicación y evaluación de programas específicos, de su implementación y de la atención a las necesidades de la comunidad.

Adicionalmente, el Art. 67 es contundente al establecer que el estado debe “velar por la formación moral, intelectual y física de los educandos”, lo cual señala la inevitabilidad de una educación física para los educandos.

Marco normativo educativo

La Ley 115 General de Educación de 1994, reconoce la educación física como uno de los fines de la educación colombiana (Art. 5), de la Educación Preescolar (Art. 15; Literal d), como uno de los objetivos de la Educación Básica tanto para el ciclo de primaria (Art. 21; Literales h, i, j) como del Ciclo Secundario (Art. 22; Literal ñ); igualmente le establece los objetivos (Art. 16, 20, 21 y 22), su carácter de proyecto pedagógico transversal obligatorio (Art. 14), la define como área fundamental en general del currículo (Art. 23) y de la Educación Media (Art. 32).

Dicha Ley igualmente proyecta la educación física hacia segmentos poblacionales específicos como la Educación para personas con limitaciones (Art. 46), las instituciones dedicadas a la educación especial (Art. 47), la Educación para adultos (Art. 50) y sus objetivos específicos (Art. 51, literal d.), la educación para grupos étnicos (Art. 55) y la educación campesina y rural (Art. 64).

Adicionalmente, la Ley General de Educación en su Artículo 141 determina los requisitos de infraestructura para la práctica escolar.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

Así mismo son pertinentes, el decreto 1860 de 1996 –que establece las horas lúdicas y orienta la organización y evaluación del currículo- y la resolución 2343 de junio 5 de 1997, que dicta orientaciones sobre lineamientos curriculares e indicadores de logros para las diferentes Áreas Curriculares, entre ellas la educación física.

En referencia al PLAN DECENAL DE EDUCACIÓN en sus objetivos y metas se destacan los Numerales 3, 4, 7, 8 y 9 que hacen referencia al papel del conocimiento científico, la identidad nacional en su diversidad étnica y la promoción extraescolar de la ciudad educadora con calidad.

Marco normativo del sistema nacional del deporte, la educación física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre

La Ley 181 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica de la educación física (Art. 1); la recreación del sistema nacional de deporte, educación física y recreación (Art. 2); los objetivos rectores del Estado para garantizar su práctica (Art. 3); la definición de la educación física como una disciplina científica (Art. 10); reitera la responsabilidad del currículo por el Ministerio de Educación Nacional (Art. 11); el desarrollo de la educación física extraescolar como campo de intervención del sistema (Art. 12); la investigación científica y la producción intelectual (Art. 13); los programas de iniciación y formación deportiva, los festivales escolares, los centros de educación física y los juegos Intercolegiados (Art. 14)

Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (Art. 46); los objetivos del sistema (Arts. 47 y



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

48); la elaboración del Plan Nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones (Arts. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).

6. Marco Teórico

La Educación Física utiliza al deporte como un medio fundamental para lograr sus propósitos. Mediante su realización práctica los estudiantes reciben influencias físicas, psíquicas e intelectuales que proporcionan y condicionan cambios estructurales y funcionales en el organismo, así como se crean las condiciones favorables para desarrollar el valor, la disposición, el dominio propio, la disciplina, perseverancia, y el colectivismo entre otros.

El deporte dota la Educación Física de numerosos recursos contribuyendo a darle solución a sus fines y tareas. La complejidad de los movimientos y desplazamientos en el deporte y las múltiples variantes técnicas, tácticas y de reglas posibilitan el más amplio desarrollo de la cultura del movimiento, y los valores psíquicos, éticos y sociales.

Entre los deportes que con mayor frecuencia forman parte de los currículos de Educación Física se encuentran: Atletismo, Natación, Fútbol, Baloncesto, Balonmano, Voleibol, folclor y gimnasia.

Como parte del programa de Educación Física los deportes se enseñan en tres fases clasificadas en Iniciación deportiva, consolidación y perfeccionamiento, lo cual se relaciona con los niveles de la enseñanza general, superior y los ciclos o grados que se cursan.

Por su parte, el documento Lineamientos Curriculares para Educación Física va desarrollada en partes el tema referido a la concepción del lenguaje y al desarrollo de competencias. “Veamos algunas competencias asociadas con el campo del lenguaje o las competencias que harían parte de una gran competencia significativa:

Bases teóricas



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

La lúdica

El deporte

El uso del tiempo libre

El ocio

La edad escolar

El desarrollo psicomotor

La cultura actual de la generación

La normatividad legal del país

Enfoque

La educación física se sustenta en el enfoque de la corporeidad, que entiende al cuerpo en construcción de su ser más allá de su realidad biológica.

La formación de estudiantes competentes para vivir humanamente.

La valoración de la condición de los estudiantes para moverse de forma intencionada.

Sin lugar a duda, el nuevo marco teórico impone desafíos a la educación en general y a la enseñanza de la lengua en particular. Plantea la necesidad de pensar también en nuevos enfoques que permitan cambios verdaderamente significativos en los procesos de comprensión y producción de los textos de manera que éstos inciden efectivamente en el desarrollo cognitivo de los estudiantes y por ende en la formación integral.

7 Marco Conceptual

7.1. Enfoque 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



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

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 propende 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 alimentario, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

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 apuntan 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 corresponden a la gimnasia, las cualidades físicas y los deportes; mientras para la enseñanza media se crea la modalidad Bachillerato en Educación Física (MEN, 2012).

Teniendo en cuenta lo anterior, la programación curricular debe estar ajustada a los fines del sistema educativo colombiano, entre otros:

1. Contribuir al desarrollo equilibrado del individuo y de la sociedad sobre la base del respeto por la vida y por los derechos humanos.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

2. Estimular la formación de actitudes y hábitos que favorezcan la conservación de la salud física y mental de la persona y el uso racional del tiempo.

En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:

- Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.
- Adquirir los conocimientos fundamentales y las habilidades y destrezas básicas, que además de prepararlo para continuar estudios superiores, lo orienten hacia un campo de trabajo.
- Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.
- Adquirir suficientes elementos de juicio para orientar su vida y tomar decisiones responsables.

Las anteriores consideraciones dinamizadas en el aula dentro del proceso de la educación física como estructura que fundamenta y afianza la naturaleza de un sujeto consciente y comprometido con su integridad.

En Antioquia, en el año 1975, se da inicio al Programa Centros de Educación Física direccionando aportes en la estructuración y el acompañamiento en los planes de área, pero además un acompañamiento en las prácticas pedagógicas mediante el desarrollo de procesos de formación permanente para el profesorado.

En ese sentido, en la básica primaria se asesora y acompaña para la construcción de dichos planes, de acuerdo con las particularidades institucionales; también, se desarrollan eventos de carácter deportivo y recreativo, con el objetivo de potenciar y motivar, a través del juego, la formación corporal de los estudiantes.

Con la expedición de la Constitución Nacional en 1991, se reconoce la educación física como práctica social que favorece la formación de los ciudadanos y como práctica educativa que permite la formación integral;



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

mientras que, con la expedición de la Ley General de Educación en el año 1994, la educación física adquiere su carácter de obligatoria y fundamental para alcanzar los objetivos de la educación.

Se reconocen otras prácticas culturales como posibilidad de implementación en el plan de estudios; además de su aporte en las transformaciones sociales desde el reconocimiento del cuerpo y de los otros, ligados a procesos que posibiliten, básicamente, el desarrollo del país.

La Ley 934 de 2004 establece que todas las instituciones educativas del país deben incluir en sus proyectos educativos institucionales, además del plan de área de Educación Física, los proyectos pedagógicos complementarios del área.

En Medellín, con el objetivo de implementarla, a través del Acuerdo Municipal 019 de 2005, se establecen criterios básicos para el desarrollo y el fortalecimiento del área, relacionada con la necesidad de iniciar el proceso formativo desde la básica primaria, articulando todos los aspectos y criterios fundamentales y propios de cada grado y nivel, además de la etapa de madurez motora y cognitiva del estudiante.

Es necesario tener claridad que las actividades de Tiempo Libre y Jornada Complementaria ofertadas a los estudiantes obedecen a la continuación y el fortalecimiento de aquellas prácticas que el docente implementa en el área, con la finalidad de afianzar de manera intencionada aquellos asuntos relacionados con la formación de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, tales como: expresiones y técnicas motrices, valores, convivencia, estilos de vida saludables y generación de una cultura del cuidado propio, del otro y del entorno, propiciando una calidad de vida y ambientes sanos para la ciudad. Teniendo en cuenta lo anterior, además de lo establecido dentro de la normatividad vigente, desde la Ley General de Educación, en donde se establece la autonomía escolar, para definir la intensidad horaria del área es



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

significativo que se reconozcan las garantías de ejecutar una educación física planificada sistemáticamente, teniendo en cuenta la continuidad, el seguimiento, la participación y el compromiso institucional, reconociendo los productos obtenidos a través de la lúdica del cuerpo en interacción con el saber y las competencias específicas de otras áreas, además del saber y las competencias como ciudadano. Desde el año 2005 se inicia la estructuración y dinamización de las Mesas de Educación Física en el municipio de Medellín, como una estrategia pedagógica y metodológica donde participan entidades e instituciones educativas de las zonas urbanas y rurales que de una u otra forma intervienen en el desarrollo pedagógico de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, a través de actividades curriculares y complementarias, aplicando criterios técnicos, científicos, tecnológicos y lúdicos, contribuyendo al desarrollo y formación integral de los estudiantes.

Esta estrategia abierta a la participación de docentes de primaria y licenciados en el área de bachillerato fue generando líneas de acción contextualizadas a los entornos y características poblacionales, sin perder de vista el enfoque integral, formativo y sistemático.

Las dinámicas de las Mesas de trabajo, que conforman la estructura del Laboratorio de la Enseñanza de la Educación Física y el Olimpismo, son espacios de formación permanente en donde la experiencia, los saberes y las preguntas son el punto de partida para construir teorías y conceptos establecidos por expertos, que son aterrizados por los docentes de las Mesas, a las realidades y condiciones de nuestras instituciones educativas y sus estudiantes.

Por lo tanto, la educación física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar.

7.2. Objetivos del Área

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:
ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

- Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de expresiones (prácticas) culturales de la actividad física.
- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano en la organización de tiempo y espacio, la interacción social, la construcción de técnicas de movimiento y del cultivo y expresión del cuerpo, la experiencia lúdica y recreativa.
- Generar prácticas sociales de la educación física como el deporte, la danza, el uso del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con las diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.

Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los Proyectos Educativos Institucionales.

7.3. Objeto de Estudio del Área

- **Ciclo Uno:**

Al finalizar el ciclo Uno, los estudiantes de los grados transición, primero, segundo y tercero estarán en capacidad de conocer las habilidades motoras de su cuerpo, asumiendo una actitud positiva hacia la salud y el deporte.

Grado Primero

Adquirir hábitos de posturas funcionales que contribuyan al mejoramiento y conservación de la salud

Grado Segundo

Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.

Grado Tercero

Demostrar a través del juego; el mejoramiento de su interacción social, expresando ideas y sentimientos.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

- **Ciclo Dos:**

Al finalizar el ciclo dos, de 4° a 5° grado, los y las estudiantes estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva y una aptitud psicomotriz básica que favorezca una futura práctica deportiva, adquiriendo alternativas de integración grupal y lúdica.

Grado Cuarto

Posibilitar en el niño experiencias lúdicas deportivas, mediante la orientación del uso adecuado de pequeños elementos (pelotas, aros, cuerdas, bastones, entre otros), para mejorar su motricidad.

Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria

Grado Quinto

Crear una serie de juegos y actividades colectivas que fomenten en el niño la capacidad de autocrítica y autoevaluación mediante el desarrollo de las tareas del año lectivo.

Favorecer en el educando el desarrollo de habilidades básicas de algunos deportes (atletismo, microfútbol y voleibol) para una buena fundamentación lúdico-deportiva y aplicación de la norma.

- **Ciclo Tres**

Al terminar el ciclo 3 los estudiantes de los grados sexto y séptimo estarán en la capacidad de: aplicar las formas básicas de movimiento en las actividades deportivas, conocer los conceptos básicos de la educación física y demostrar la asimilación de los movimientos coordinativos, que aportan al desarrollo integral de su cuerpo.

Grado Sexto

Desarrollar las capacidades físicas mediante actividades deportivas socialmente reconocidas, con las nuevas tendencias y el aprovechamiento del tiempo libre para el desarrollo integral del individuo.

Grado Séptimo

Mejorar las capacidades físicas, el manejo de los fundamentos técnicos de los deportes socialmente trabajados y el reglamento básico mediante prácticas que conlleven a una mejor formación integral del ser humano



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

● **Ciclo Cuarto**

Al terminar el ciclo 4 (8-9) los estudiantes estarán en la capacidad de, demostrar la asimilación de los fundamentos técnico - deportivos de los diferentes deportes y la recreación, Para así tener un desarrollo integral de su cuerpo, y podrán también reconocer las reglas básicas de los deportes de conjunto (fútbol, baloncesto, voleibol y fútbol de salón).

Grado Octavo

Iniciar a los estudiantes en la práctica de los fundamentos técnicos básicos de los diferentes deportes y la aplicación de las reglas básicas, Propiciándole al estudiante el sentido de cuidado, respeto por su cuerpo y el desarrollo armónico tanto físico como mental.

Grado Noveno

Desarrollar las capacidades físicas, el manejo de los fundamentos técnicos de los deportes socialmente trabajados, reglamento básico mediante prácticas que conlleven a una mejor formación integral del ser humano.

● **Ciclo Cinco**

Al terminar el ciclo 5 (10 -11) los estudiantes estarán en la capacidad de aplicar a su proyecto de vida la actividad física como parte esencial de su formación, elaborar diferentes estructuras de movimiento con base en la expresión corporal, ser autónomo y crítico y diseñar proyectos de actividad física, realizar revistas gimnásticas, recreativas y deportivas para ponerlas al servicio de la comunidad educativa.

Grado Décimo

Fomentar la creatividad, la disciplina, la autonomía y la responsabilidad del alumno mediante el diseño, organización y aplicación de programas físicos y de eventos deportivos y recreativos que permitan la conservación de su salud física y mental y el uso adecuado del tiempo libre.

Grado Undécimo

Planificar, estructurar y desarrollar de manera concertada proyectos lúdicos deportivos y recreativos, técnicas de masoterapia, lesiones deportivas y primeros auxilios en el ambiente institucional y comunitario.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

7.4 Metas de Aprendizaje por Grados

Grado Primero: Desarrollar hábitos de posturas funcionales que contribuyan al mejoramiento y conservación de la salud.

Grado Segundo: Dominar y combinar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos, mejorando la coordinación y el control corporal.

Grado Tercero: Fortalecer la interacción social a través del juego, expresando ideas y sentimientos de manera efectiva.

Grado Cuarto: Desarrollar experiencias lúdicas deportivas mediante el uso adecuado de pequeños elementos, mejorando la motricidad y fomentando el respeto por las reglas de juego.

Grado Quinto: Implementar juegos y actividades colectivas que promuevan la autocrítica y autoevaluación, así como el desarrollo de habilidades básicas en deportes como atletismo, microfútbol y voleibol.

Grado Sexto: Aplicar las capacidades físicas en actividades deportivas, aprovechando el tiempo libre para el desarrollo integral del individuo.

Grado Séptimo: Perfeccionar las capacidades físicas y los fundamentos técnicos de los deportes trabajados, aplicando el reglamento básico para una mejor formación integral.

Grado Octavo: Iniciar la práctica de los fundamentos técnicos básicos de los deportes y aplicar sus reglas, promoviendo el respeto por el cuerpo y el desarrollo físico y mental armonioso.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Grado Noveno: Desarrollar capacidades físicas y técnicas en deportes socialmente trabajados, incorporando el reglamento básico para fortalecer la formación integral del estudiante.

Grado Décimo: Fomentar la creatividad, disciplina, autonomía y responsabilidad a través del diseño y organización de programas físicos, eventos deportivos y recreativos para la conservación de la salud y el uso adecuado del tiempo libre.

Grado Undécimo: Planificar, estructurar y desarrollar proyectos lúdicos, deportivos y recreativos, además de aplicar técnicas de masoterapia, manejo de lesiones deportivas y primeros auxilios en el ámbito institucional y comunitario.

7.5 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.

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



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

diferenciación, la autonomía, la visibilizarían, 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 vivenciarían 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).

Si la potenciación del ser humano es la máxima pretensión desde la educación física, consideramos importantes asumir las grandes metas de formación, tal como lo plantean las Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (MEN, 2010, p.13-16):

- “Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano. Esto exige la formación de actitudes y modos de actuar que otorguen sentido a las prácticas, técnicas, los saberes y hábitos de actividad motriz, al hacer énfasis en acciones preventivas y participativas que fomenten la cooperación y la solidaridad”.
- “Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad, desarrollo del pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices como, por ejemplo, la resolución de problemas relacionados con la anticipación, la destreza operativa y el sentido crítico, que sean capacidades requeridas durante los procesos de abstracción y generalización para la toma de decisiones”.
- “Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas. Educación de la sensibilidad y el desarrollo del lenguaje corporal”.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

- “Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz. Base de la convivencia ciudadana, como el respeto a la diferencia, a la libre elección y a la participación en decisiones de interés general”.
- “Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente. Se generan vivencias, exploraciones, experiencias, conocimientos y técnicas que disponen al estudiante como un ser que se desarrolla en un medio ambiente y en virtud de ello es responsable del cuidado de este, su recuperación y protección”.
- “Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de Educación Física, Recreación y Deporte. Esta disciplina involucra componentes fundantes de la naturaleza humana, de modo que el trabajo pedagógico dirigido a cada ser humano en particular debe adaptarse a sus necesidades”.

La educación física adquiere unas particularidades que la diferencian de otras disciplinas del saber y que a su vez establecen unos modos particulares en su configuración teórico-práctica. El cuerpo y la motricidad, en su sentido más amplio, determinan un abordaje diferente desde los procesos de enseñanza-aprendizaje y en correspondencia al sujeto que se pretende formar. Si las teorías educativas dan cuenta de la complejidad del ser humano, en razón del reconocimiento de su singularidad biológica y cultural, entonces la pedagogía deberá hacer su reflexión desde esa misma complejidad manifiesta.

Es pertinente entonces que la educación física como práctica pedagógica, al decir de Morín (1999), pueda enseñar más allá de los contenidos y exponer problemas centrales que generalmente son ignorados y olvidados. No se puede concebir una traslación ingenua y estéril de contenidos que poco o nada ayudan en el desarrollo humano del sujeto y en su forma de ser y estar en el mundo, pues el sujeto debe tener lecturas acertadas acerca de sí mismo, de los otros y de la sociedad en la que vive. Así, deben identificarse los orígenes de errores, de ilusiones y de cegueras propias del conocimiento que permitan establecer otros modos de acercamiento para su comprensión.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

De igual manera, debe propiciarse un conocimiento pertinente en atención a: el contexto, lo global, lo multidimensional y lo complejo, con el fin de abordar problemáticas generales pero que respondan a lo local. Conocimiento que permita conocer el mundo y sus dinámicas a través de experiencias particulares y contextualizadas. La educación física, además, debe reconocer la condición humana de los sujetos, aspecto que parte desde la realización de unos interrogantes ontológicos; ¿Quiénes somos?, ¿Dónde estamos? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? (Morín, 1999). Existe entonces un reconocimiento corporal que supera lo biológico para aprehender y reconocer la condición humana y el reconocimiento, a su vez, de otras culturas, de otras formas de estar en el mundo. El cuerpo confina diferentes esferas que permiten la comunicación y la expresión, en él se inscriben las manifestaciones de la cultura, pero además determina y está inmerso en la modificación del contexto social (Bustamante, Arteaga, González, Chaverra y Gaviria, 2012).

Finalmente, en líneas apretadas, debe enfrentarse a las incertidumbres, enseñar la comprensión y responder a la ética del género humano desde la educación física. Esto supone el enfrentamiento de obstáculos y la superación de retos desde el reconocimiento de sí mismo y el respeto por los otros, la comprensión de la condición humana, de la configuración del planeta y el respeto por el espacio físico y vital que habitamos. Pues “individuo - sociedad - especie son no solamente inseparables sino coproductores el uno del otro. Cada uno de estos términos es a la vez medio y fin de los otros. No se puede absolutizar a ninguno y hacer de uno solo el fin supremo de la tríada” (Morín, 1999, p. 54).

Orientaciones didácticas: estilos de enseñanza

El estilo de enseñanza, según Contreras (1998), corresponde a la estrategia pedagógica o didáctica del profesor. Hace referencia a la forma particular de orientar la clase, de interactuar con los estudiantes y con el saber. Cada estilo no puede enfrentarse, sino que en función de la enseñanza, el aprendizaje y los objetivos debe considerarse la utilidad del mismo. Siguiendo la propuesta y



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

el abordaje conceptual de Contreras (1998), pueden clasificarse los estilos de enseñanza de la educación física de la siguiente manera:

- Estilos de enseñanza tradicionales.
- Estilos de enseñanza participativos.
- Estilos de enseñanza que tienden a la individualización.
- Estilos de enseñanza cognitivos.
- Estilos de enseñanza que promueven la creatividad.

Estilos de enseñanza tradicionales. Se caracterizan por el control permanente del profesor sobre lo que va a ser enseñado, el cómo va a ser enseñado y desde qué criterios se realiza la evaluación. Se recomienda para la enseñanza de destrezas físicas específicas:

- Instrucción directa: se caracteriza porque el profesor ofrece la respuesta ante un problema motriz determinado. Las decisiones sobre contenidos, ejecución y evaluación de la clase son determinadas únicamente por el profesor. La secuencia entonces corresponde a: explicación, demostración, ejecución y evaluación. La evaluación hace referencia a la corrección de la ejecución.
- Asignación de tareas: este estilo se caracteriza porque la ejecución de la tarea motriz ya no está sometida al control absoluto del profesor, sino que el estudiante, a partir de sus particularidades individuales, determina de qué manera la realizará. El profesor tiene una mejor comunicación con sus alumnos debido a la flexibilidad en la organización de la clase.

Estilos de enseñanza participativos. Se caracterizan por la participación de los estudiantes en su proceso de aprendizaje y en la colaboración para el aprendizaje de sus pares:

- Enseñanza recíproca: se caracteriza por el momento de la evaluación. Los estudiantes organizados por parejas o tríos realizan observaciones a sus pares mientras ejecutan las tareas asignadas por el profesor. Además de las correcciones que el compañero pueda brindar, él mismo corrige sus ejecuciones a partir de lo observado en sus pares. Aquí el profesor tendrá más



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

posibilidad de corrección a los estudiantes en sus ejecuciones debido al tiempo que tiene para la observación individual.

- La enseñanza en pequeños grupos: los grupos están organizados por más de dos estudiantes, lo que supone una mayor participación de los mismos. El profesor se convierte en un tutor, asesor que acompaña el desarrollo de las actividades definidas por los estudiantes. Este estilo permite una mayor comunicación, autonomía y responsabilidad de los estudiantes, es aconsejable en clases donde el número de participantes es muy numeroso y el espacio reducido.
- Microenseñanza: es muy similar a la anterior, en este caso el profesor proporciona información a un número de estudiantes para que estos luego la transmitan a otro número de estudiantes previamente organizados. El profesor permite la participación de los estudiantes previamente informados en las variantes y otros aspectos que considere importantes.

Estilos de enseñanza que tienden a la individualización. Tiene en cuenta los intereses de los estudiantes, sus ritmos de aprendizaje y sus particularidades. Mediante el trabajo individualizado se permite la autonomía de los estudiantes:

- Organización por grupos: la organización por grupos se realiza a partir de los niveles de aptitud de los estudiantes. Esta diferenciación permite al profesor una distribución particular de las tareas para el aprendizaje gradual de los estudiantes.
- La enseñanza modular: a diferencia del anterior, la distribución se realiza en torno a los intereses de los estudiantes.

Estilos de enseñanza cognitivos. Este estilo se caracteriza, entre otros aspectos, por la integración del alumno en la realización de la tarea y en la proporción de ayudas de acuerdo con sus dificultades y sus avances:

- El descubrimiento guiado: se fundamenta en los procesos cognitivos que pueden desarrollarse en la práctica de la educación física. El profesor no da las respuestas, sino que el alumno busca responder para alcanzar un objetivo determinado. En esa línea, se define el objeto de aprendizaje para luego estructurar las etapas que permitan dar solución final. Este estilo se



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

recomienda para que el estudiante descubra conceptos básicos relacionados con su corporalidad y con su motricidad.

- Resolución de problemas: se pretende que el estudiante dé respuestas motrices con total autonomía e independencia. El profesor interviene en el diseño de los problemas, estos últimos deben estar determinados a partir de las experiencias y los intereses de los estudiantes.

Estilos de enseñanza que promueven la creatividad. Se caracteriza por la posibilidad de exploración que tiene el estudiante. Permite la creación de nuevos movimientos y con amplia libertad en la actuación de los estudiantes. Se recomienda en grupos autónomos.

Acerca de la evaluación

La evaluación como proceso permanente, sistemático e integral permite valorar el estado en que se desarrollan los distintos aspectos y componentes del trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto 1290 de 2009.

Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.

Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas,



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben. Relaciones de aprendizaje recíprocas que redundan en el mejoramiento de las prácticas pedagógicas. Unido a lo anterior, convendría destacar algunos aspectos que deben tenerse en cuenta a la hora de evaluar en educación física:

- **Autoevaluación.** La autoevaluación es la valoración que hace cada individuo sobre su actitud y su propio desempeño en clase, a partir de sus conocimientos y las particularidades de las tareas motrices. Son datos que solo conoce quien se autoevalúa (Camacho, Castillo y Monje, 2007), corresponden a la experiencia misma del estudiante. Vista de esa manera, es conveniente educar a los niños, desde edades tempranas, en procesos de autoevaluación que pueden instalarse desde la práctica de juegos y deportes, elaboración de materiales, participación en actividades motrices y otros que considere pertinente el profesor, que potencien la autonomía y el autoconocimiento, además del componente axiológico que constituye este tipo de evaluación.
- **Coevaluación.** Corresponde a la evaluación realizada por grupos de personas sobre una actividad, desempeño o productos de uno de sus miembros (Camacho, Castillo y Monje, 2007). Permite la participación de los pares en los procesos de aprendizaje. Cuando se manifiestan las fortalezas y



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

los aspectos por mejorar, según los criterios establecidos por el profesor, se crean ambientes de diálogo y responsabilidad. Es necesario precisar los criterios determinados a evaluar, pues como sugiere Salinas (2001), podría evaluarse lo negativo exclusivamente o, en una práctica equivocada de solidaridad, cubrir al compañero frente al profesor, aspecto que negaría la posibilidad de comprender los procesos formativos del estudiante.

- Heteroevaluación. Es la evaluación realizada por una persona, generalmente el profesor o el estudiante. En educación física el profesor deberá evaluar no solo los niveles de destreza de los estudiantes, sino desde las potencialidades del sujeto. Se insiste en superar la perspectiva reduccionista de la educación física, por lo tanto, la evaluación también deberá acogerse a miradas integrales de quienes participan en ella, pues como bien señala el Decreto 1290 de 2009, la evaluación deberá proporcionar información básica para consolidar o reorientar los procesos educativos relacionados con el desarrollo integral del estudiante.

Ahora bien, convendría señalar que los profesores, en aras de mejorar sus prácticas pedagógicas, también deben permitir que sus estudiantes los evalúen. Dichas evaluaciones pueden partir de una entrevista con un estudiante o un grupo de ellos, un diálogo grupal, en el cuaderno de la asignatura o en fichas previamente establecidas. Una heteroevaluación debe servir tanto a estudiantes como profesores para mejorar los procesos educativos, pues unos y otros son indispensables en la configuración de mejores prácticas pedagógicas.

8. Diseño Curricular

Grados

MALLAS CURRICULARES

Grado primero

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:
ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Primero	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal. • Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física. 		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario. Exploro formas básicas de movimiento en conexión con pequeños elementos y sin ellos.	Manifiesto expresiones corporales y gestuales para comunicar mis emociones (tristeza, alegría e ira, entre otras) en situaciones de juego y otras opciones de actividad física.	Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.	Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y actividad física.	Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad Física.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p>	<p>Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse,</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes. Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
<p>ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE</p>	<p>ACTIVIDADES DE APOYO</p>	<p>PLANES DE MEJORAMIENTO</p>
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p>	<p>Veó videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completos guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi</p>	<p>(aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño.</p> <p>Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices.</p> <p>Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	desempeño en actividades específicas.	<p>en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	---------------------------------------	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Primero	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿Qué expreso con mi cuerpo?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de	Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea.	Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros del aula.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

ritmos y juegos corporales.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta las actividades propuestas de pre-danza a partir de rondas y canciones.	Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase.	Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices. Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a	Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas. Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en	Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras. Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes. Participo en actividades lúdicas



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi</p>
--	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

		rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.
--	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Primero	Periodo: 3
---	-----------------------	-------------------

Situación problematizadora: ¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?

Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales	Manifiesta agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con mi edad y desarrollo.

Indicadores de desempeño

Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Demuestra expresiones corporales en vínculo con	Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

diferentes ritmos y con posibilidades espaciales	ubica en relación al espacio	dentro del espacio de trabajo.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos</p>	<p>Veó videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices.</p> <p>Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Grado segundo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Segundo	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en relación con 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 prácticas propias de la actividad física. 		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diversos ritmos musicales. Exploro técnicas corporales de tensión, relajación	Vivencio y comprendo los sentimientos que genera las prácticas de danza y ritmo propuesto y espontaneo.	Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

y control del cuerpo.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.	Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos.	Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p>	<p>Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices.</p> <p>Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

		<p>en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Segundo	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿Qué cambios percibo de mi cuerpo cuando juego?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
<p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad de clase y la recuperación al finalizar la actividad física. Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase</p>	<p>Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y el de los demás.</p>	<p>Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas</p>	<p>Identifica las reacciones y cambios de su</p>	<p>Respeto el desempeño en los</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

reconociendo las posibilidades de su cuerpo.	cuerpo cuando realiza actividad física.	juegos de sus compañeros.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices. Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas. Trabajo mi expresión corporal	Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas. Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas. Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan	Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras. Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes. Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

		relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.
--	--	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Segundo	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales.	Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades. Identifico variaciones en mi respiración y sistema cardiaco en diferentes actividades físicas.	Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física.
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Experimenta y pone en práctica las posibilidades de conocer y sentir las variaciones en su respiración, sudoración y latido cardiaco a partir de diferentes prácticas corporales.	Identifica los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de los compañeros a través del juego individual y grupal.	Respeto y reconoce las diferencias presentadas entre los diferentes estudiantes del grupo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Situación problematizadora: ¿Cuáles son mis hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
<p>Aplico orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene durante el desarrollo de la actividad física.</p> <p>Participo en juegos de acuerdo con mis preferencias y posibilidades del contexto escolar</p>	<p>Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Respeto el cuerpo y los espacios físicos de mis compañeros.</p>	<p>Atiendo las indicaciones del profesor y ejecuto las actividades de acuerdo a ellas.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Reconoce los hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego.</p>	<p>Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.</p>	<p>Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para</p>	<p>Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas. Completos guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas. Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades. Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales. Practico ejercicios de relajación y</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes. Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La sogá humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
---	--	---

Grado tercero



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Tercero	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none">• 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.		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas. Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes	Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.	Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

actividades y posturas corporales.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.	Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a</p>	<p>Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices.</p> <p>Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza.</p> <p>Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para</p>
--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

		<p>mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Tercero	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿En qué contribuye el movimiento y la actividad física de mi cuerpo a la calidad de vida?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición, higiene y convivencia para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Exploro y coordino las posibilidades de mis movimientos con diferentes situaciones de la clase.	Manifiesto interés por la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física	Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y	Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

que favorecen su bienestar.	grupales en beneficio de la convivencia.	
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos</p>	<p>Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices.</p> <p>Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Tercero	Periodo: 3
<p>Situación problematizadora: ¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?</p>		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
<p>Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento.</p> <p>Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.</p>	<p>Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo.</p>	<p>Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me es- fuerzo en la actividad física.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</p>	<p>Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.</p>	<p>Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p>	<p>Veó videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices.</p> <p>Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza.</p> <p>Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La sogá humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	---	---

Grado cuarto



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Cuarto	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal 		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
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	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.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

resultados. Análisis de diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego.	Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.	Valoro la importancia de la actividad física para la salud
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices. Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota",	Ve videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas. Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades	Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras. Recibo apoyo individualizado del



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La sogu humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas. Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades. Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales. Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico. Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi</p>	<p>docente para reforzar mis aprendizajes. Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>desempeño en actividades específicas.</p>	<p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	--	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Cuarto	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.	Decido mí tiempo de juego y actividad física.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego</p>		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros.</p>	<p>Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.</p>	<p>Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del</p>	<p>Veo videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz. Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas. Completos guías con ejercicios prácticos para reforzar mis</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en</p>	<p>habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas. Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades. Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales. Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico. Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para</p>	<p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes. Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente</p>
---	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	---	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Cuarto	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
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	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

física. Reconozco a mis compañeros como constructores del juego.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo.	Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota",</p>	<p>Veó videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices.</p> <p>Hago autoevaluaciones</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza. Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La sogá humana" o "El puente roto", trabajando en</p>	<p>sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades. Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la</p>
---	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

equipo para lograr un objetivo común.		hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.
---------------------------------------	--	--

Grado quinto

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Quinto	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none">• Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.• Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.• Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
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.	Identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.	Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.	Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.	Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto,	Veo videos educativos sobre movimientos	Trabajo ejercicios personalizados de



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p> <p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi</p>	<p>básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completos guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para</p>	<p>coordinación, equilibrio y fuerza.</p> <p>Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p>
--	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades.</p> <p>Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices.</p> <p>Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
---	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Quinto	Periodo: 2
---	----------------------	-------------------



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Situación problematizadora: ¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?</p>		
<p>Competencia motriz:</p>	<p>Competencia expresiva corporal:</p>	<p>Competencia axiológica corporal:</p>
<p>Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo. Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como constructores del juego.</p>	<p>Reconozco e implemento movimientos y decisiones de juego y actividad física.</p>	<p>Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales.</p>
<p>Indicadores de desempeño</p>		
<p>Procedimental</p>	<p>Conceptual</p>	<p>Actitudinal</p>
<p>Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.</p>	<p>Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales</p>	<p>Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p>	<p>Veó videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación,</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza.</p> <p>Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades.</p> <p>Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices. Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: Quinto	Periodo: 3
<p>Situación problematizadora: ¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?</p>		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
<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 y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella. Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.</p>	<p>Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las</p>	<p>Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en</p>	<p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

diferentes prácticas motrices.	situaciones de juego.	
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo estaciones con diferentes ejercicios (salto, equilibrio, carreras cortas, arrastres, etc.) para mejorar mi coordinación y habilidades motrices.</p> <p>Participo en actividades como "La carrera del semáforo" o "Atrapa la pelota", reaccionando rápidamente a señales visuales o auditivas.</p> <p>Trabajo mi expresión corporal a través de rondas infantiles, bailes folclóricos y movimientos rítmicos coordinados con la música.</p>	<p>Veó videos educativos sobre movimientos básicos, deportes y coordinación motriz.</p> <p>Utilizo fichas ilustradas con ejercicios y posturas correctas.</p> <p>Completo guías con ejercicios prácticos para reforzar mis habilidades motrices. Hago autoevaluaciones sobre mi progreso en diferentes actividades físicas.</p> <p>Participo en juegos modificados para que todos los compañeros puedan integrarse, respetando nuestras</p>	<p>Trabajo ejercicios personalizados de coordinación, equilibrio y fuerza.</p> <p>Utilizo material adaptado (aros, conos, pelotas de diferentes tamaños) para mejorar mis habilidades motoras.</p> <p>Recibo apoyo individualizado del docente para reforzar mis aprendizajes.</p> <p>Participo en actividades lúdicas que refuercen mi confianza y autoestima en el área.</p> <p>Realizo sesiones adicionales con ejercicios guiados y</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Utilice conos, aros y cuerdas para completar un recorrido en el que salto, trepo y esquivos obstáculos, fortaleciendo mi agilidad y control corporal.</p> <p>Colaboro con mis compañeros en actividades como "La soga humana" o "El puente roto", trabajando en equipo para lograr un objetivo común.</p>	<p>diferencias y capacidades.</p> <p>Participo en charlas sobre alimentación, hidratación y buenos hábitos posturales.</p> <p>Practico ejercicios de relajación y respiración para mejorar mi bienestar físico.</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación y equilibrio guiados por el docente para mejorar mis habilidades.</p> <p>Participo en sesiones de práctica adicional para mejorar mi desempeño en actividades específicas.</p>	<p>repetitivos para mejorar mi desempeño. Participo en actividades de juego adaptadas a mi nivel para mejorar mi comprensión de las reglas.</p> <p>Me involucro en juegos grupales donde pueda fortalecer habilidades sociales y motrices.</p> <p>Aprendo estrategias para integrarme y participar activamente en juegos y deportes escolares.</p> <p>Adquiero conciencia sobre la importancia de la alimentación, el descanso y la hidratación para mejorar mi rendimiento. Participo en pausas activas y ejercicios de relajación para mejorar mi bienestar físico y mental.</p>
--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Grado sexto

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: sexto	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos. • Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar Las emociones. • Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social. 		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>realización de movimientos. Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas. Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas. Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones. Demuestro como las situaciones de juego me ayudan a respetar las condiciones y mejoro las relaciones con mis compañeros.</p>	<p>manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p>	
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Realiza las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.</p>	<p>Conoce los resultados de las pruebas físicas y de convivencia y se apropia de ellas para desarrollar acciones que aporten a su calidad de vida.</p>	<p>Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludables.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad.</p> <p>Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p> <p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
---	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: sexto	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar mis posibilidades de movimiento?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Ejecuto espontáneamente mis movimientos corporales y gestuales	Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>en las condiciones espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización.</p> <p>Reconozco mis posibilidades y condiciones propias y externas para la exploración de las variedades gimnásticas y expresiones motrices.</p> <p>Comprendo y reconozco los conceptos de mis capacidades físicas, que me permiten elegir y participar en actividades y juegos que las ponen en práctica.</p>	<p>con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.</p>	<p>interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Ejecuta y explora acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas.</p>	<p>Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.</p>	<p>Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
---	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: sexto	Periodo: 3
<p>Situación problematizadora: ¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo?</p>		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
<p>Realizo secuencias de movimiento individual y en parejas, con duración y cadencia preestablecidas. Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual. Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física. Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego. Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego</p>	<p>Ajusto mis movimientos al de mis compañeros y al ritmo de la música. Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo.</p>	<p>Identifico mis posibilidades de expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados.</p>	<p>Comprende la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad.</p>	<p>Comparto mi disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales. Asumo compromisos de grupo, que propicie Mejores ambientes de aprendizaje.</p>
<p>ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE</p>	<p>ACTIVIDADES DE APOYO</p>	<p>PLANES DE MEJORAMIENTO</p>
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas.</p> <p>Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos.</p> <p>Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico.</p> <p>Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el</p>	<p>actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p> <p>Participo en</p>
--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.
--	--	---

Grado séptimo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: séptimo	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none">• Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.• Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.• Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal.		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos. Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de modalidades gimnásticas. Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices. Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad. Participo en la aplicación de pruebas	Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute	Comprendo la importancia de utilizar mí tiempo en la práctica de la actividad física y el juego; como una manera de fortalecer mi autoestima, disciplina e incorporar estilos de vida saludables.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta sistemáticamente acciones gimnásticas como hábito de vida saludable.	Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia deportiva, rítmica y artística.	Disfruta, motiva y posibilita la realización de actividades gimnásticas de manera individual y del grupo.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis	Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia,	Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas.</p> <p>Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos.</p> <p>Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico.</p> <p>Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales</p>	<p>y biomecánica.</p> <p>Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y</p>
---	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	---	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: séptimo	Periodo: 2
---	-----------------------	-------------------

<p>Situación problematizadora: ¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales?</p>		
--	--	--

Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
----------------------------	--	---

<p>Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas. Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos. Exploro</p>	<p>Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música. Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas</p>	<p>Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afi nada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente,</p>
--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo.</p>	<p>y emociones al grupo.</p>	<p>de manera individual y en parejas.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales.</p>	<p>Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo.</p>	<p>Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo musical.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad.</p> <p>Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p> <p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica.</p> <p>Aplico conceptos teóricos en</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico</p>	<p>actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el</p>
---	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.
--	--	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: séptimo	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Realizo actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas. Ejecuto actividades teniendo en cuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardiorrespiratorio. Relaciono como la práctica de la actividad física mejora	Participo en las propuestas de juego y actividad física dentro de la clase. Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos. Soy consciente de los resultados de mi atención y concentración durante otras clases en el aula.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud. Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.	Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. Entiende las funciones de los sistemas cardiaco, respiratorio, esquelético y muscular.	Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales	Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.	Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p>	<p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.
--	--	--

Grado octavo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: octavo	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none">• Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

<ul style="list-style-type: none"> • Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo. • Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser. 		
<p>Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.</p>		
<p>Situación problematizadora: ¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales desde la aplicación adecuada de la técnica y los gestos motrices propios de cada actividad?</p>		
<p>Competencia motriz:</p>	<p>Competencia expresiva corporal:</p>	<p>Competencia axiológica corporal:</p>
<p>Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional. Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas. Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas. Decido las acciones más efectivas para</p>	<p>Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

resolver las diversas situaciones del juego		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Practica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar.	Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico.	Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y	Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi	Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplicó conceptos teóricos en actividades prácticas



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>coreografías rítmicas.</p> <p>Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos.</p> <p>Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico.</p> <p>Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico</p>	<p>para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p> <p>Participo en encuentros con el</p>
---	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.
--	--	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: octavo	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Selecciono movimientos que generen amplitud, destreza y autonomía de movimientos. Ejecuto movimientos en concordancia con ritmos y objetos seleccionados. Construyo esquemas corporales con variaciones individuales,	Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente.	Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.		
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.	Consulta y argumenta temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices.	Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.	Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y	Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de</p>	<p>teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.
--	---	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: octavo	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético. Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego. Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.	Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo.	Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.
Indicadores de desempeño		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.	Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.	Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica.</p> <p>Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos.</p> <p>Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico.</p> <p>Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de</p>	<p>comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p> <p>Participo en encuentros con el docente para evaluar</p>
--	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	mis mejoras y recibir retroalimentación.
--	---	--

Grado noveno

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: noveno	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo. • Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto. • Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal 		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿Cómo logro establecer relaciones entre las diferentes expresiones y las capacidades motrices que aplico para cada una de ellas?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas. Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices. Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos.</p>	<p>Participo en la ejecución y organización de actividades institucionales, en beneficio del desarrollo motriz de los compañeros de la institución.</p>	<p>Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Vivencia diferentes manifestaciones y sensaciones motrices, en diversas actividades y condiciones de juego.</p>	<p>Relaciona coherentemente las prácticas motrices y las capacidades individuales necesarias para su destreza.</p>	<p>Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina</p>

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:

ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas.</p> <p>Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos.</p> <p>Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre</p>	<p>progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p> <p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica.</p> <p>Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: noveno	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida. Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre. Establezco relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades de juego</p>	<p>Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.</p>	<p>Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales. Hace seguimiento y es consciente de los cambios corporales y de la personalidad, obtenidos a través de la práctica seleccionada.</p>	<p>Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludables.</p>	<p>Muestra interés por establecer ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>biomecánica del movimiento.</p> <p>Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad.</p> <p>Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y</p>	<p>mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>recuperación muscular.</p> <p>Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte.</p> <p>Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p> <p>Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	--	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: noveno	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Cuál es la importancia de la práctica individual de actividades motrices en la salud de la comunidad a la que pertenece?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos y gestos que	Selecciono actividades que me generen goce y	Reconozco las condiciones y valores propias y del



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>pueden generar dificultades en el grupo. Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.</p>	<p>lúdica en mi tiempo de ocio Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Reconoce la importancia de los eventos deportivos en el turismo.(Media técnica) 	<p>grupo y las resalto en los escenarios de juego.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Planifica y participa con sus compañeros actividades motrices básicas y complejas.</p>	<p>Se apropia de las nociones conceptuales básicas y los principios para la planificación y ejecución de una actividad física adecuada para las condiciones del sujeto y el colectivo.</p>	<p>Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad.</p> <p>Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p> <p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica.</p> <p>Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para</p>
---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas.</p> <p>Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p> <p>Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Grado decimo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: decimo	Periodo: 1
Situación problematizadora: ¿De qué manera puedo hacer uso de mi tiempo libre para la transformación de la sociedad?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Participo en las actividades físicas propuestas por la institución. Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Participo en la planeación y organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución.	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Aporta en la construcción y cumplimiento de la norma en la realización de actividades recreativas, contribuyendo al uso adecuado del tiempo libre.	Identifica los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre.	Asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de	Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios	Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:

ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
<p style="text-align: center;">ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE</p>	<p style="text-align: center;">ACTIVIDADES DE APOYO</p>	<p style="text-align: center;">PLANES DE MEJORAMIENTO</p>
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para</p>

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:

ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de</p>	<p>mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
---	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	conflictos en juegos y actividades físicas.	
--	---	--

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: decimo	Periodo: 2
Situación problematizadora: ¿De qué manera puedo hacer uso de mi tiempo libre para la transformación de la sociedad?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Participo en las actividades físicas propuestas por la institución. Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Participo en la planeación y organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución.	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Aporta en la construcción y cumplimiento de la norma en la realización de actividades recreativas, contribuyendo al uso adecuado del tiempo libre.	Identifica los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre.	Asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.</p> <p>Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas.</p> <p>Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico.</p> <p>Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño.</p> <p>Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p> <p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad.</p> <p>Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p> <p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado.</p> <p>Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis</p>
--	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>recuperación muscular.</p> <p>Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte.</p> <p>Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal.</p> <p>Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	--	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: decimo	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. Aplico a mi vida cotidiana	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales,	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

prácticas corporales alternativas. Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.	espontáneos y adaptados.	
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.	Identifica las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.	Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales saludables.
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de	Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y	Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de</p>	<p>para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.	
--	---	--

Grado once

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: once	Periodo: 1
Docentes: Alba Cecilia Posada López y Hugo Henry Muñoz Muñoz		
Objetivos de grado: <ul style="list-style-type: none">• Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar.• Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros.• Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo		
Competencias: Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.		
Situación problematizadora: ¿De qué manera las prácticas recreativas permiten potenciar el desarrollo humano y social?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución.</p> <p>Establezco con los compañeros indicadores que muestren las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos.</p>	<p>Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.</p>	<p>Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Propone juegos recreativos, tradicionales y de ritmo, apoyados en condiciones y características específicas.</p>	<p>Diferencia los fundamentos y principios de recreación, lúdica ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales.</p>	<p>Adopta una actitud crítica ante las diferentes propuestas de las actividades recreativas.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.</p> <p>Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad.</p> <p>Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

		<p>con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	--	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: once	Periodo: 2
<p>Situación problematizadora: ¿Cómo hago parte para la implementación y participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto?</p>		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:
<p>Diseño actividades para desarrollarlas institucionalmente. Preparo presentaciones teórico prácticas, que motiven a la práctica motriz. Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora</p>	<p>Demuestro con evidencias y resultados la importancia de asumir estilos de vida saludables.</p>	<p>Hago parte de la construcción del Proyecto de vida de mis compañeros.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludable.</p>	<p>Identifica diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.</p>	<p>Progresas en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyectas en su contexto.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza.</p> <p>Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso.</p> <p>Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos.</p> <p>Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas.</p> <p>Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas.</p> <p>Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo.</p> <p>Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales y valores como el respeto y el trabajo en equipo.</p> <p>Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico.</p> <p>Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos.</p> <p>Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento.</p> <p>Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes.</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico.</p> <p>Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica.</p> <p>Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área.</p> <p>Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental.</p> <p>Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas.</p> <p>Participo en actividades recreativas que refuercen</p>
---	---	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	<p>mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
--	---	---

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	Grado: once	Periodo: 3
Situación problematizadora: ¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo?		
Competencia motriz:	Competencia expresiva corporal:	Competencia axiológica corporal:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva. Establezco parámetros de medición de las manifestaciones y relaciones entre los estudiantes que participan en los encuentros deportivos.</p>	<p>Presento a la institución el registro de los resultados presentados en las actividades deportivas.</p>	<p>Me intereso en presentar propuestas que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.</p>
Indicadores de desempeño		
Procedimental	Conceptual	Actitudinal
<p>Interioriza acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades</p>	<p>Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.</p>	<p>Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.</p>
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APOYO	PLANES DE MEJORAMIENTO
<p>Realizo circuitos de resistencia, velocidad,</p>	<p>Analizo videos sobre técnicas deportivas, estrategias de juego y</p>	<p>Realizo ejercicios adaptados a mis capacidades para mejorar resistencia, fuerza y flexibilidad. Sigo</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>flexibilidad y fuerza. Participo en pruebas de condición física para evaluar mi progreso. Aprendo y aplico reglas, técnicas y estrategias de deportes individuales y colectivos. Participo en partidos amistosos y torneos internos para mejorar mis habilidades competitivas. Participo en ejercicios de danza, gimnasia y coreografías rítmicas. Exploro diferentes formas de expresión a través del movimiento y el ritmo. Organizo y participo en juegos tradicionales, alternativos y contemporáneos. Desarrollo habilidades sociales</p>	<p>biomecánica del movimiento. Utilizo aplicaciones móviles para medir mi rendimiento físico y progreso en los entrenamientos. Sigo rutinas de ejercicios estructuradas para mejorar resistencia, velocidad y flexibilidad. Realizo autoevaluaciones y registro mi evolución en cada sesión de entrenamiento. Practico deportes con reglas simplificadas y estrategias personalizadas para mejorar mi desempeño. Trabajo en ejercicios específicos para corregir posturas y movimientos deficientes. Participo en charlas sobre nutrición deportiva, hidratación y recuperación muscular. Aprendo sobre primeros auxilios</p>	<p>una rutina progresiva con metas alcanzables para fortalecer mi rendimiento físico. Participo en sesiones de refuerzo sobre reglas deportivas, estrategias de juego y biomecánica. Aplico conceptos teóricos en actividades prácticas para mejorar mi comprensión del área. Recibo orientación sobre alimentación balanceada, hidratación y descanso adecuado. Implemento pausas activas y ejercicios de respiración para mejorar mi bienestar físico y mental. Trabajo en equipo con mis compañeros para fortalecer mis habilidades sociales y deportivas. Participo en actividades recreativas que refuercen mi confianza y motivación en el deporte. Registro mis avances en fuerza, resistencia y coordinación en una bitácora personal. Participo en encuentros con el docente para evaluar mis mejoras y recibir retroalimentación.</p>
---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

<p>y valores como el respeto y el trabajo en equipo. Participo en actividades que promueven la alimentación saludable y el bienestar físico. Realizo pausas activas, ejercicios de relajación y control postural.</p>	<p>básicos y prevención de lesiones deportivas. Participo en dinámicas grupales para mejorar la comunicación y el liderazgo en el deporte. Aplico estrategias de cooperación y resolución de conflictos en juegos y actividades físicas.</p>	
---	--	--

8. Marco Metodológico

8.1. Transversalización entre áreas

Disciplinas	Acciones de integración de las disciplinas con:
--------------------	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Lengua Castellana

La lengua castellana es una de las áreas fundamentales que deben aprender los estudiantes, puesto en todo su proceso enseñanza- aprendizaje se encuentra inmiscuido, a partir de la educación física, la integración está relacionada bajo dos componentes fundamentales:

Sensorial: La lectura de un texto, de una acción que se esté desarrollando, la representación mental del movimiento partiendo de un sonido y la representación gráfica a la hora de escribir o dibujar.

Físico: la expresión de un movimiento, la lectura de un movimiento y el reconocimiento de si se hace bien, la corrección de la misma acción de manera verbal.

Desde la Educación Física la lectura de cuentos y posteriormente la representación física de las acciones que se encuentran en la lectura por parte de los estudiantes, desarrolla la creatividad de movimiento y asimilación de lo escuchado en un movimiento, la comprensión de lectura con el fin de desarrollar un problema planteado por el profesor.

El área de español se integra los procesos de investigación que se dan con las preguntas problematizadoras, el proyecto del Plan Lector, La puesta en escena y FIT.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Matemáticas

La integración de las áreas de educación física y matemáticas están condicionadas primeramente por conocer los conceptos que rigen cada una de las áreas. Teniendo claro los temas que se relacionan en las mallas curriculares, se podrán relacionar de la mejor manera por medio del juego y la lúdica. De lo anteriormente mencionado y con relación a las competencias de las áreas se evidencia que la integración será abordándola por medio de diferentes juegos y actividades que contribuyen a la apropiación de temas tales como:

1. “Juegos tradicionales dentro de la clase de EF y Matemáticas como “El pañuelo” donde se repasan los números naturales: ordenándolos (mayor, menor que, igual, anterior, posterior)
2. Juegos de velocidad de reacción con estímulo numérico, utilizando el orden numérico. Números naturales.
3. Juegos de agrupamientos y dispersión, utilizando Operaciones con números naturales: adición y sustracción.
4. Juegos de cálculos de porcentajes de una cantidad de Frecuencia cardiaca, de capacidades físicas, eficacia en resultados, etc.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Ciencias Sociales

La toma de decisiones es la principal integración que se trabaja dentro del programa con relación a la Ciencias Sociales y la educación física. Esta se fundamenta con el reconocimiento del subtema (QUIEN SOY YO) que juega un papel importante a la hora de tomar y llevar a la práctica las decisiones tomadas en cada una de las acciones. La persona cuando puede tomar de la mejor manera cada una de las decisiones, (Influidos por problemas motores y motrices dentro de determinados campos deportivos y recreativos) sustenta la realización personal. Es importante que la integración entre las ciencias sociales y la Educación Física incluyan competencias como:

1. Conocer y valorar su cuerpo, la actividad física como medio de exploración y disfrute.
2. Apreciar la actividad física como bienestar propio, manifestando una actitud responsable hacia sí mismo y sus compañeros.
3. Utilizar su cuerpo y sus diferentes movimientos de acuerdo a las condiciones.
4. Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para resolver problemas motores.
5. Conocimiento de la geografía nacional e internacional a través de múltiples experiencias físicas y recreativas.

En Sociales se integra con la Escuela de liderazgo, MONUCAC y MONUSAC KIDS.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Ciencias Naturales y Educación Ambiental

Las prácticas propias de la clase de Educación Física, Recreación y Deporte, según cómo se planifiquen y orienten, tienen relación con los procesos de conocimiento de las Ciencias naturales. Las relaciones con el entorno vivo, físico, tecnológico, cultural y social se facilitan y mejoran a través de experiencias lúdicas, corporales, expresivas y motrices, dirigidas con toda intención hacia esos propósitos.

Las acciones corporales y motrices suponen el seguimiento de procesos y conocimientos requeridos para la comprensión del mundo, de las cosas y de las interacciones humanas y sociales. En efecto, antes y durante la realización de una experiencia corporal, lúdica y expresiva, el estudiante formula soluciones, utiliza metodologías y procedimientos en una fracción de tiempo necesario para anticipar el éxito de la acción. Para ello, son necesarios los conocimientos de las Ciencias naturales.

Las reflexiones sobre el cuidado del cuerpo y el ambiente nos permiten abordar problemas que favorecen la tarea de preparar a los estudiantes para que actúen de manera responsable y tomen decisiones favorables para ellos mismos y para la sociedad donde se desenvuelven.

En Ciencias Naturales se integra con la Feria de la Ciencia y la Creatividad a través de actividades en los encuentros que se programan.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Tecnología e informática	<p>Desde la Educación Física, integrar el área de tecnología, implica inicialmente comprender el enramado de las TIC y todo lo que desde allí se desenvuelve, para después usarlas como un medio al servicio de aprendizajes creativos, cooperativos y autónomos que fomenten la capacidad de tomar iniciativas y llevarlas adelante. También implica respetar los diferentes ritmos de aprendizaje al utilizar medios tecnológicos como medio para generar experiencias enriquecedoras de orden motriz y mental. Se vincula directamente con la Feria de la Ciencia y la creatividad, FIT, Monusac, Monusac Kids, La puesta en escena mediante actividades específicas de participación.</p>
Artística	<p>Entre las áreas de educación física y artística, la integración surge a partir del conocimiento, la comprensión, el disfrute y la valoración crítica de diferentes manifestaciones culturales y artísticas. También mostrando interés por participar en la vida cultural, implicándonos en el conocimiento, la conservación y la mejora del patrimonio cultural o por crear de forma autónoma manifestaciones estéticas o artísticas. Otras formas en las que se puede evidenciar una integración curricular:</p> <p>Conociendo y practicando juegos populares y tradicionales o practicando juegos deportivos propios de otras culturas.</p> <p>Conociendo, valorando y practicando bailes y danzas populares, del mundo, o bailes autóctonos.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

	<p>Creando dramatizaciones y/o coreografías musicales de diferentes estilos: disco, hip hop, rock, flamenco, dance, tango, merengue...</p> <p>Proponiendo y coorganizando salidas extraescolares para participar en actividades culturales, artísticas o deportivas: teatro, danza, circo, espectáculos deportivos, etc.</p> <p>En Artes se integra con los proyectos de grado 11°, donde los estudiantes tienen puesta en escena, observan, hacen escritos, argumentan y sustentan a los docentes en las diferentes áreas. Obras de teatro y expresión corporal.</p>
Filosofía	<p>Entre el área de educación física y filosofía la integración de la educación debe atender cuatro aspectos: la gimnasia, la música, la gramática y el dibujo. Fortaleciendo la gimnasia ayuda a formar el cuerpo y los hábitos, señalando la importancia del equilibrio entre el cuerpo y la razón. SE integra en el fortalecimiento del cuerpo y la mente y apoya las diferentes propuestas que se dan en los proyectos institucionales.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Educación religiosa Ética y Valores	<p>Cuando se habla del origen del hombre, la valoración del cuerpo como templo del espíritu santo, sobre el autocuidado para mantener sano el organismo creado por Dios. Con todas sus funciones perfectas.</p> <p>El respeto por el otro y entender la frustración de saber perder y la capacidad para entender los espacios que ocupa, pensamientos, expresiones corporales y emocionales; que a través de un trabajo colectivo que favorecen la sana convivencia. Esta área transversaliza los diferentes proyectos y actividades que se dan en la Institución Educativa.</p>
Educación Física	<p>La educación física integra espacios privilegiados ampliando las posibilidades de desarrollo corporal de alumnos y alumnas, con un trabajo basado en la equidad e igualdad de oportunidades.</p> <p>La integración y estrategias metodológicas que fomenten el respeto por el otro y realizando diferentes actividades: bailes, rondas infantiles, actividades musicales, diferentes deportes como voleibol, fútbol, baloncesto, entre otros.</p>
Inglés	<p>Las partes del cuerpo en inglés, juegos en inglés, deportes en inglés, la cultura de otros países agrupados en el ámbito de la educación física recreación y deporte.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Está área transversaliza los diferentes proyectos que se realizan en nuestra institución educativa, especialmente la Feria Internacional del Turismo FIT.





INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

LA MEDIA TECNICA

El proyecto de recreación y tiempo libre está incluido en el área de educación física deporte y recreación con evidencias que se pueden observar en la bitácora.

Los estudiantes de la Institución Santa Catalina De Siena que están en la media técnica “organización de viajes” con el Colegio Mayor de Antioquia, se han podido beneficiar en los siguientes aspectos; con el Área de Educación Física Deporte y Recreación en ocio y tiempo libre, en el cual se dedica en las actividades para descansar del trabajo y labores académicas encaminadas actividades de descanso, diversión y desarrollo.

En cuanto a la recreación, a todas aquellas actividades y situaciones en las cuales está la diversión, la relajación y el entretenimiento; la recreación se da normalmente a través de generación de espacios en que los estudiantes participan libremente de acuerdo a las competencias e indicadores de desempeño del área.

En la media técnica los estudiantes participan en actividades y juegos que ayudan al estímulo mental y físico, además de contribuir al desarrollo de las habilidades prácticas y psicológicas.

La lúdica es parte constitutiva del ser humano a través de ella los estudiantes se comunican, sienten y producen emociones orientadas hacia el entretenimiento y el esparcimiento, donde se evidencia en las salidas turísticas que han tenido los estudiantes de la media técnica donde se



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

les permite gozar, reír, gritar, inclusive llorar, crear y conocer las culturas e idiosincrasias de nuestro departamento

Con nuestra Área integrada a la media técnica, se ha fomentado el desarrollo psico-social, de la personalidad y evidencia de práctica de valores donde permite la sana convivencia institucional.

Media técnica se integra con la Feria Internacional del Turismo (FIT)

Entornos protectores: Con el apoyo de Psicología; orientados a dinamizar los procesos de convivencia a nivel institucional.

La articulación del plan de área de Educación Física en Colombia con otras áreas educativas es fundamental para lograr un enfoque interdisciplinario que favorezca el desarrollo integral de los estudiantes. La educación física no solo promueve el

Calle: 1 N° 29 – 300 – [Tel:6042667989](tel:6042667989) Cel:3004191000– Email:
ie.santacatalina@medellin.gov.co Página Web www.iesantacatalina.edu.co



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

desarrollo motor, sino que también aporta a la formación cognitiva, socioemocional y ética de los estudiantes.

- **Relación con Ciencias Naturales y Educación Ambiental**

Comprensión del funcionamiento del cuerpo humano (sistema óseo, muscular, cardiovascular). Promoción de hábitos saludables y prevención de enfermedades. Conciencia sobre la importancia del medio ambiente en la actividad física al aire libre.

Relación con Matemáticas Aplicación de mediciones y cálculos en el rendimiento físico (frecuencia cardíaca, tiempo, distancia). Uso de estadísticas para evaluar desempeño deportivo. Conceptos geométricos en el análisis de movimientos y trayectorias.

Relación con Lenguaje y Comunicación

Desarrollo de habilidades de expresión oral y escrita a través de informes deportivos. Comprensión de reglamentos y normas en distintos deportes. Argumentación y debate en torno a temas como el dopaje, la equidad en el deporte y la inclusión.

Relación con Ciencias Sociales

Análisis histórico y cultural del deporte en diferentes civilizaciones. Impacto del deporte en la sociedad y la construcción de identidad nacional. El juego y el deporte como herramienta de cohesión social y resolución de conflictos.

Relación con Educación Artística

Expresión corporal y danza como formas de comunicación. Ritmo y coordinación en actividades físicas y coreografías. Creación de representaciones visuales sobre el movimiento humano.

Relación con Tecnología e Informática

Uso de aplicaciones para monitorear el desempeño físico. Estudio del impacto de la tecnología en el deporte (VAR en fútbol, cronómetros digitales, sensores de rendimiento). Creación de proyectos multimedia sobre la actividad física y la salud.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Relación con Ética y Valores

Fomento del respeto, la disciplina y la cooperación en el deporte. Reflexión sobre el juego limpio y la importancia de la ética en la competencia. Inclusión y equidad de género en la práctica deportiva.

La educación física es una disciplina que se enriquece con otras áreas del conocimiento, permitiendo un aprendizaje más completo y significativo. Su integración con otras asignaturas fomenta el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo hábitos saludables, pensamiento crítico y valores esenciales para la vida en sociedad.

8.2. Transversalización entre proyectos y cátedras obligatorias

Cátedra de la Paz: La Educación Física fomenta valores como el respeto, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos a través del juego y el deporte.

Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía: Se refuerzan temas como el autocuidado, la convivencia y la equidad de género en el deporte.

Cátedra de Medio Ambiente: La actividad física al aire libre permite generar conciencia sobre el entorno y la sostenibilidad.

Programa de Alimentación Escolar; Promueve hábitos de actividad física y alimentación saludable.

Uso del Tiempo Libre y Recreación: Incentiva la participación en actividades deportivas y recreativas como alternativa a conductas de riesgo.

Estrategias de Implementación:

Diseñar actividades interdisciplinarias con otras áreas del currículo (Ej. Educación Física Ciencias Naturales en proyectos sobre el cuerpo y la salud).
Uso de metodologías activas como aprendizaje basado en proyectos (ABP) y aprendizaje cooperativo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

Evaluación de impacto en el desarrollo integral del estudiante (social, físico y emocional).

Beneficios de la Transversalización en Educación Física

- Mayor conexión entre teoría y práctica.
- Desarrollo de competencias ciudadanas y socioemocionales.
- Fomento del trabajo colaborativo entre docentes y áreas del conocimiento.
- Formación integral del estudiante.

8.3 Articulación con programas externos

Escuela como Entorno Protector: Aporta a la prevención del acoso escolar y la inclusión a través del trabajo en equipo y la actividad física.

8.4. Estrategias metodológicas

La Institución educativa tiene como eje fundamental de su enfoque pedagógico Desarrollista; Una de las estrategias para lograrlo es la aplicación de los principios del diseño universal, que busca favorecer a todos los y las estudiantes teniendo en cuenta los estilos y ritmos de aprendizaje.

Se parte del currículo general teniendo en cuenta habilidades, formación, siendo equitativa con los estudiantes que tienen dificultad de aprendizaje.

Es decir, se necesita flexibilizar el currículo Como:

- Flexibilizando indicadores de desempeño
Ejemplo (Identifica oraciones simples, compuestas)
- Flexibilizando la evaluación
(Lo puede realizar de manera oral, escrita, visual, kinestésica) respetando los estilos y ritmos de aprendizaje.
- Flexibilizando las actividades según ritmo y estilo de aprendizaje.
(En mi planeación debo tener presente: diseño universal de aprendizaje: Múltiples de representación, Múltiples formas de expresión, Múltiples formas de compromiso)



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

- Utilizando planes de apoyo con adaptaciones metodológicas según la diversidad del estudiante lo requiera. (Dependiendo del diagnóstico del estudiante)

Para tener en cuenta que un indicador de desempeño es flexible teniendo en cuenta la diversidad; debo tener presente

- ¿Los estándares y los conocimientos o contenidos y los indicadores de desempeño pueden ser comprendidos y alcanzados por TODOS los estudiantes?
- ¿Son transferibles - tienen aplicabilidad en la vida cotidiana, teniendo en cuenta el contexto y la edad de los estudiantes?
- ¿Se plantean con claridad indicadores que respondan a los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales de la competencia?

El indicador de desempeño depende de la competencia, se tiene en cuenta el nivel de profundidad de acuerdo con la diversidad, dando accesibilidad al currículo, favorece la eliminación de barreras.

La educación es para todos, no hay una única manera de aprender... desde el horizonte institucional: Misión, Visión, principios y políticas institucionales queda claramente establecido que, en la Institución Educativa Santa Catalina De Siena, se propende por la Educación Inclusiva, la cual busca garantizar el derecho a la educación, a la igualdad de oportunidades y a la participación de todos los niños, niñas y adolescentes que hacen parte de la comunidad educativa.

Atendiendo a las estadísticas, se tiene un 2,7 por ciento de la población en condición de desplazamiento, 2,1 por ciento pertenece a grupos étnicos y 11,3 en condición de discapacidad. Si bien se da particular atención a estos grupos poblacionales, se parte de la premisa de que todos los estudiantes, sin importar su condición particular o su potencial, pueden aprender en un entorno que brinde experiencias de aprendizaje significativas. Para ello se busca dar respuesta a las necesidades individuales y a los diferentes niveles de competencia de cada uno, independientemente de su condición.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

9. Recursos y ambientes de aprendizaje

Estos recursos apoyan la enseñanza y permiten la aplicación de estrategias pedagógicas innovadoras:

- Implementos deportivos: Balones, colchonetas, cuerdas, aros, conos, vallas, bandas elásticas, pesas livianas.

Ambientes de Aprendizaje

Los espacios donde se desarrollan las clases deben ser variados y adaptados para promover el aprendizaje significativo:

- Canchas (fútbol, baloncesto, voleibol, etc.).
- Zonas verdes o patios para actividades recreativas

El aprovechamiento de los recursos y ambientes en Educación Física potencia el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo hábitos de vida saludable, convivencia y aprendizaje activo.

10. Intensidad horaria

La intensidad horaria del área de Educación Física corresponde a dos (2) horas semanales por cada grupo.

11. Evaluación

Concepto de Evaluación La evaluación formativa en educación física es un proceso fundamental que permite el aprendizaje continuo y el desarrollo de competencias motrices, cognitivas y socioemocionales. Su objetivo principal es identificar fortalezas y debilidades en los estudiantes, así como proporcionar retroalimentación efectiva para mejorar su desempeño y participación en las actividades físicas. Como plantea Anijovich (2021), la evaluación va más allá de la simple aprobación o reprobación, convirtiéndose en un proceso reflexivo y regulador del aprendizaje.

En el contexto de la educación física en Colombia, la evaluación debe ser continua y adaptativa, permitiendo valorar los avances de los estudiantes en aspectos como la coordinación, resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, así



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

como su actitud frente a la actividad física, el trabajo en equipo y el cumplimiento de normas y valores deportivos. Según Duk y Loren (2010), una evaluación longitudinal ofrece una visión integral del proceso de aprendizaje, permitiendo valorar tanto la práctica docente como el progreso de los estudiantes.

Metodología y Estrategias Pedagógicas en Educación Física

El aprendizaje en educación física se fundamenta en enfoques pedagógicos que promueven el desarrollo integral de los estudiantes. Entre las metodologías más utilizadas se encuentran el aprendizaje basado en proyectos, el aprendizaje cooperativo, la resolución de problemas y la gamificación. Estas estrategias permiten que los estudiantes desarrollen habilidades motrices y sociales en contextos reales y significativos.

Las actividades en educación física deben estar diseñadas para promover la participación, el pensamiento crítico y la autoevaluación. Algunas estrategias metodológicas incluyen:

- Trabajo por proyectos con preguntas orientadoras sobre el impacto de la actividad física en la salud.
- Juegos y deportes modificados para fomentar la inclusión y el aprendizaje de reglas y estrategias.
- Evaluación del desempeño motriz mediante pruebas de habilidad, resistencia, fuerza y coordinación.
- Reflexiones grupales sobre la importancia del ejercicio y la actividad física para el bienestar personal.
- Uso de tecnologías y aplicaciones digitales para el seguimiento del desempeño físico.
- Integración de la educación física con otras áreas del conocimiento mediante proyectos interdisciplinarios.

Concepción de Evaluación en Educación Física

La evaluación en educación física debe enfocarse en la adquisición de aprendizajes significativos y en el desarrollo de habilidades que favorezcan un estilo de vida activo y saludable. Su propósito es recopilar información contextualizada



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

sobre los avances y dificultades de los estudiantes, considerando el error como una oportunidad de mejora y crecimiento personal.

El proceso evaluativo debe incluir la autoevaluación y la coevaluación, promoviendo la responsabilidad y la autonomía en el aprendizaje. Los docentes deben monitorear el progreso de los estudiantes, proporcionando retroalimentación constante y estrategias de mejoramiento.

Ámbitos de la Evaluación en Educación Física La evaluación en educación física no solo se limita al desempeño físico, sino que abarca diferentes aspectos del proceso educativo:

- **Evaluación del rendimiento físico:** A través de pruebas de aptitud física que miden resistencia cardiorrespiratoria, fuerza, velocidad, flexibilidad y coordinación.
- **Evaluación de la participación y actitud:** Considera el compromiso, el esfuerzo, la cooperación y el respeto a las normas y compañeros.
- **Evaluación del conocimiento técnico y táctico:** Analiza la comprensión y aplicación de reglas, estrategias y principios del movimiento.
- **Evaluación del impacto en la salud y el bienestar:** Valora la adopción de hábitos saludables y la conciencia sobre la importancia de la actividad física en la vida diaria.

Evaluación como Investigación y Seguimiento La evaluación debe concebirse como un proceso de investigación continua, donde la recolección de información permita mejorar estrategias y metodologías. Es fundamental el seguimiento sistemático de los avances de los estudiantes mediante registros de desempeño, observaciones, entrevistas y pruebas diagnósticas.

Evaluación Referida a Modelos de Procesos y Estados Iniciales La evaluación en educación física debe considerar el punto de partida de cada estudiante, respetando sus ritmos de aprendizaje y estableciendo objetivos realistas y alcanzables. Se recomienda aplicar pruebas diagnósticas iniciales para identificar el nivel de habilidad motriz y establecer estrategias de acompañamiento adecuadas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Evaluación Referida a los Procesos Individuales Cada estudiante tiene un ritmo de aprendizaje y un nivel de desempeño diferente. La evaluación debe ser flexible y centrarse en el progreso individual, permitiendo que cada estudiante identifique sus fortalezas y áreas de mejora.

Conclusión La evaluación en educación física en Colombia debe ser un proceso integral, reflexivo y continuo, que valore no solo el rendimiento físico, sino también el desarrollo de competencias sociales, cognitivas y emocionales. A través de estrategias pedagógicas innovadoras y herramientas de evaluación contextualizadas, se puede garantizar un aprendizaje significativo y una formación integral de los estudiantes en el área de educación física.

12. Planes Individuales de Ajustes Razonables

Dar respuesta a la diversidad en el marco de una escuela de calidad para todos es, sin duda, un desafío complejo que exige la voluntad y participación de todos los actores y niveles de la educación, y la implementación de políticas transversales que impacten al conjunto del sistema.

En esta ruta trabajaremos los conceptos básicos que refieren el proceso de ajustes razonables y algunas de las estrategias para llevar a cabo procesos de inclusión exitosos.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Adaptación Curricular.

La adaptación curricular constituye una vía de respuesta a la diversidad cuando la programación de aula, diseñada con el claro propósito de dar respuesta a las diferencias individuales, no es suficientemente efectiva para asegurar la participación y logros en el aprendizaje de aquellos estudiantes que por diversas causas experimentan mayores dificultades de aprendizaje o se encuentran en riesgo de ser excluidos o de fracaso escolar.

Diversificación Curricular.

La diversificación curricular constituye una medida más de atención a la diversidad que tiene como elemento diferencial, frente a las propuestas de adaptación del currículo, la posibilidad de globalizar sectores de aprendizaje en un intento de ofrecer propuestas más ajustadas a las necesidades educativas de alumnos que de no ofrecérselos un itinerario distinto, corren serios riesgos de fracasar o desertar del sistema escolar: Integración de áreas - Transversalización.

Evaluación.

Una buena evaluación debe aportar información respecto a la situación inicial del grupo y de cada alumno/a en particular, así como del progreso alcanzado por éstos en su aprendizaje con relación a las metas educativas previamente establecidas, identificando los factores que favorecen o dificultan el aprendizaje.

La evaluación de todos los estudiantes, y en particular de aquellos que tienen dificultades de aprendizaje o discapacidad, debe realizarse en base a "criterios" y no únicamente en relación con la norma.

ELEMENTOS PARA LA ELABORACIÓN DE AJUSTES RAZONABLES.

Para las instrucciones:

Las indicaciones deberán darse de una en una, es decir, no enviar una tarea hasta que no haya terminado la anterior.

Descomponer peticiones amplias en tareas más pequeñas.

Las indicaciones deben ser concretas.

Pedirle al estudiante que repita la indicación que se le acaba de dar.
Siempre que se pueda las peticiones deberán de hacerse en positivo.

Para la evaluación:

Utilizar variadas modalidades y actividades de evaluación, que se ajusten a las posibilidades de comprensión, expresión y ejecución de los alumnos.

Utilizar situaciones auténticas: esta es una estrategia de evaluación particularmente apropiada en un aula inclusiva, se deben considerar situaciones diversas.

La dimensión funcional del aprendizaje: incluir ejercicios o actividades prácticas.

Flexibilización en los tiempos para realizar una evaluación. Esta adaptación es habitualmente utilizada con aquellos alumnos que tienen un ritmo lento de aprendizaje, dificultades en la escritura o problemas de concentración.

Adaptación curricular:

Graduar el nivel de complejidad:

exige conocer muy bien las competencias que han alcanzado los estudiantes, para plantearles objetivos de aprendizaje que sean alcanzables y desafiantes al mismo tiempo.

Priorización de objetivos de aprendizaje: Consiste en seleccionar y dar prioridad a determinados objetivos, contenidos, que se consideran básicos e imprescindibles para la adquisición de aprendizajes posteriores.

Temporalización: se trata de posponer determinados objetivos y contenidos trasladándolos al siguiente semestre, año o ciclo educativo. Por ejemplo, suele darse con cierta frecuencia que el dominio de la lectura y escritura, no se alcance en la Educación Básica y se continúe trabajando estos objetivos en la educación media.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

Eliminación de aprendizajes:

Supresión de objetivos y contenidos en uno o varios subsectores de aprendizaje. Esta medida es posible adoptarla cuando los aprendizajes esperados suponen un nivel de dificultad al que no podrá acceder el alumno.

Algunos de los contenidos que se suelen priorizar por considerarse fundamentales son:

- Los aspectos comunicativos y funcionales del Lenguaje: comunicación oral, lectura y escritura.
- El uso de operaciones matemáticas para resolución de problemas de la vida diaria.
- Los procedimientos y técnicas de trabajo / estudio
 - El desarrollo social, la interacción e integración en el grupo
 - La identidad y afectividad: desarrollo del autoconcepto, autoestima, sexualidad
 - El desenvolvimiento e independencia personal en el medio escolar y comunitario.

Un criterio fundamental a tener en cuenta es evitar la eliminación de aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles para el desarrollo integral del alumno/a y que son requisitos de otros para seguir aprendiendo. Estos son lectura, escritura, operaciones matemáticas básicas, resolución de problemas, habilidades sociales y de la vida diaria.

Atendiendo a la Constitución Política de Colombia y a la reglamentación vigente, en especial la Ley Estatutaria 1618 de 2013, que garantiza y asegura el ejercicio efectivo de los derechos de las personas con discapacidad, la institución organiza el servicio de apoyo pedagógico para la atención de los estudiantes con discapacidad y con capacidades o talentos excepcionales, en el marco de la educación inclusiva.

Tal como lo establece la ley, la institución adopta medidas de inclusión, acción afirmativa y de ajustes razonables que buscan eliminar toda forma de discriminación por razón de discapacidad, asegurando que todos los y las estudiantes tengan las mismas oportunidades y la posibilidad real y efectiva de acceder y participar en la vida escolar, mediante el fomento de una cultura de respeto a la diferencia.

En concordancia con los deberes de la Escuela, el Estado, la sociedad y la familia, se han establecido redes de apoyo que los comprometan a asumir la responsabilidad compartida de evitar y eliminar barreras actitudinales, sociales, culturales, físicas, arquitectónicas, de



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

comunicación, y de cualquier otro tipo, que impidan la efectiva participación de las personas con discapacidad. En la actualidad se realiza trabajo interinstitucional e intersectorial con entidades gubernamentales y no gubernamentales, como: Secretaría de Educación de Medellín, Entorno protector, la UAI (Unidad de atención Integral), Secretaría de Salud, Secretaría de Inclusión Social, EPS, Cajas de Compensación Familiar y el apoyo de la Escuela de Ingenieros.

Se entiende como estudiantes con Necesidades educativas especiales “a aquellas personas con capacidades excepcionales, o con alguna discapacidad de orden sensorial, neurológico, cognitivo, comunicativo, psicológico o físico motriz, y que puede expresarse en diferentes etapas del aprendizaje” (Colombia Aprende).

Así mismo hace referencia “a aquellos estudiantes que presentan dificultades mayores que el resto para acceder a los aprendizajes que les corresponde para su edad o que presentan desfases con relación al currículo por diversas causas» (Tomado de: lineamientos de política para atención educativa a poblaciones vulnerables, Colombia aprende

De acuerdo con la definición del Ministerio de Educación Nacional se entiende por estudiante con discapacidad aquel que presenta un déficit que se refleja en las limitaciones de su desempeño dentro del contexto escolar, lo cual le representa una clara desventaja frente a los demás, debido a las barreras físicas, ambientales, culturales, comunicativas, lingüísticas y sociales que se encuentran en dicho entorno.

La discapacidad puede ser de tipo sensorial como sordera, hipoacusia, baja visión y sordoceguera, de tipo motor o físico, de tipo cognitivo como síndrome de Down u otras discapacidades caracterizadas por limitaciones significativas en el desarrollo intelectual y en la conducta adaptativa, o por presentar características que afectan su capacidad de comunicarse y de relacionarse como el síndrome de Asperger, el autismo y la discapacidad múltiple.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

El autismo, es un trastorno de origen neurobiológico que da lugar a un curso diferente en el desarrollo de las áreas de comunicación verbal y no-verbal, las interacciones sociales y de la flexibilidad de la conducta y de los intereses

El síndrome o trastorno de Asperger es un trastorno mental que forma parte del espectro de trastornos autísticos. Se encuadra dentro de los trastornos generalizados del desarrollo (DSM-IV-Tr). Es un trastorno cerebral por el cual un niño no presenta ninguna discapacidad física o intelectual, tan sólo social. Tienen comportamientos extraños y mucha dificultad para relacionarse con los demás.

En cuanto a talentos, se entiende por estudiante con capacidades o con talentos excepcionales aquel que presenta una capacidad global que le permite obtener sobresalientes resultados en pruebas que miden la capacidad intelectual y los conocimientos generales, o un desempeño superior y precoz en un área específica.

Talentos Excepcionales Específicos

La persona con talentos excepcionales específicos se diferencia del global particularmente en que esta categoría incluye a sujetos que presentan un desempeño superior y precocidad en un área específica del desarrollo. (Orientaciones para la atención educativa a estudiantes con capacidades o talentos excepcionales)

En este orden de ideas, la institución ofrece, acorde con los derechos fundamentales de los estudiantes, la atención de estudiantes en situación de discapacidad o talento excepcional. En la actualidad (2020) contamos con una prevalencia que detallamos de la siguiente manera:

Atención de estudiantes con necesidades educativas especiales.

“Todos aprendemos según nuestro propio ritmo y estilo, potencializando los aprendizajes.”

La Institución educativa tiene como eje fundamental de su enfoque pedagógico Desarrollista; Una de las estrategias para lograrlo es la aplicación de los principios del diseño universal, que busca favorecer a todos los y las estudiantes teniendo en cuenta los estilos y ritmos de aprendizaje.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:
105001001716 NIT 900707080 - 1

Se parte del currículo general teniendo en cuenta habilidades, formación, siendo equitativa con los estudiantes que tienen dificultad de aprendizaje.

Es decir, se necesita flexibilizar el currículo Como:

- Flexibilizando indicadores de desempeño
Ejemplo (Identifica oraciones simples, compuestas)
- Flexibilizando la evaluación
(Lo puede realizar de manera oral, escrita, visual, kinestésica) respetando los estilos y ritmos de aprendizaje.
- Flexibilizando las actividades según ritmo y estilo de aprendizaje.
(En mi planeación debo tener presente: diseño universal de aprendizaje: Múltiples de representación, Múltiples formas de expresión, Múltiples formas de compromiso)
- Utilizando planes de apoyo con adaptaciones metodológicas según la diversidad del estudiante lo requiera. (Dependiendo del diagnóstico del estudiante) Para tener en cuenta que un indicador de desempeño es flexible teniendo en cuenta la diversidad; debo tener presente
- ¿Los estándares y los conocimientos o contenidos y los indicadores de desempeño pueden ser comprendidos y alcanzados por TODOS los estudiantes?
- ¿Son transferibles - tienen aplicabilidad en la vida cotidiana, teniendo en cuenta el contexto y la edad de los estudiantes?
- ¿Se plantean con claridad indicadores que respondan a los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales de la competencia?

El indicador de desempeño depende de la competencia, se tiene en cuenta el nivel de profundidad de acuerdo con la diversidad, dando accesibilidad al currículo, favorece la eliminación de barreras.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

La educación es para todos, no hay una única manera de aprender... desde el horizonte institucional: Misión, Visión, principios y políticas institucionales queda claramente establecido que, en la Institución Educativa Santa Catalina De Siena, se propende por la Educación Inclusiva, la cual busca garantizar el derecho a la educación, a la igualdad de oportunidades y a la participación de todos los niños, niñas y adolescentes que hacen parte de la comunidad educativa.

Atendiendo a las estadísticas, se tiene un 2,7 por ciento de la población en condición de desplazamiento, 2,1 por ciento pertenece a grupos étnicos y 11,3 en condición de discapacidad. Si bien se da particular atención a estos grupos poblacionales, se parte de la premisa de que todos los estudiantes, sin importar su condición particular o su potencial, pueden aprender en un entorno que brinde experiencias de aprendizaje significativas. Para ello se busca dar respuesta a las necesidades individuales y a los diferentes niveles de competencia de cada uno, independientemente de su condición.

Referentes Bibliográficos

- Congreso de la República de Colombia. (1994). *Ley 115 de 1994 - Ley General de Educación*. Diario Oficial 41.214 .Diario Oficial N° 41.214.
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- Congreso de la República de Colombia. (1995). *Ley 181 de 1995 - Ley del Deporte*. Diario Oficial N° 41.713.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=30547>
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (1997). *Resolución 2343 de 1997 - Estándares Curriculares e Indicadores de Logros*.
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-104299_archivo_pdf.pdf
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2009). *Decreto 1290 de 2009 - Evaluación del Aprendizaje y Promoción de los Estudiantes de Educación Básica y Media*. https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-187745_archivo_pdf.pdf
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2010). *Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*.
https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-254486_archivo_pdf.pdf



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CATALINA DE SIENA

Reconocimiento Oficial mediante la Resolución N° 10030 de octubre 11 de 2013, modificada por la resolución 6335 de 2016, emanada de la Secretaría de Educación de Medellín DANE:

105001001716 NIT 900707080 - 1

- Morín, E. (1999). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000117740>
- Piaget, J. (1970). *La epistemología de las relaciones interdisciplinarias*. En A. Apostel (Ed.), *Interdisciplinariedad y ciencias humanas*. UNESCO.
- Uribe, C. (2007). *Bases epistemológicas de la educación física: una perspectiva integral*. Editorial Magisterio.
- Chaverra, L., Bustamante, P. y Arteaga, M. (2010). *Fundamentos de la educación física y la motricidad humana*. Universidad de Antioquia.

