



Educación para la vida
con calidad, amor y dignidad

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO DERKA SANTO DOMINGO
RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN 04907 DE MAYO 6 DE 2008**

PLANES DE ESTUDIO Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PROMOCIÓN

PLAN DE ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

2021

TABLA DE CONTENIDO

Identificación del plantel y del área.	3
Introducción	4
1. Diagnóstico del área	5
2. Referente conceptual	8
2.1 Fundamentos lógico-disciplinarios del área	8
2.2 Fundamentos pedagógico–didácticos	11
2.3 Resumen de las normas técnico-legales	17
3. Objetivos	21
3.1 Objetivos del área	21
3.2 Objetivos por niveles	21
3.3 Objetivos por grado	22
4. Malla curricular	26
5. Integración curricular	80
6. Atención de estudiantes con necesidades educativas especiales	81
7. Referencias bibliográficas	83

IDENTIFICACIÓN DEL PLANTEL Y DEL ÁREA

Nombre IE:	Antonio Derka Santo Domingo																													
Resolución de Aprobación:	04907 de Mayo 6 de 2008																													
Sede 1	Sede Antonio Derka Santo Domingo - Central																													
Dirección:	Carrera 28 # 107 – 425																													
Teléfono:	5295216 ext. 101, 102, 104, 105, 106, 107 – 5295218 rectoría																													
Sede 2	Sede Santo Domingo																													
Dirección:	Carrera 28 # 107 – 473																													
Teléfono:	5295216 ext. 111, 112, 114																													
Sede 3:	Sección Escuela Antonio Derka																													
Dirección:	Carrera 28 # 107 – 365																													
Teléfono:	5295216 ext. 108, 110																													
Sede 4:	Sección Escuela Carpinelo Amapolita																													
Dirección:	Carrera 97 # 23 – 12																													
Teléfono:	5290481																													
Nombre del área:	Educación física recreación y deportes																													
Asignaturas que componen el área:	Educación física recreación y deportes																													
Intensidad horaria:	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th><i>B. Primaria</i></th> <th colspan="2"><i>B. Secundaria</i></th> <th><i>Media</i></th> <th><i>Media técnica</i></th> <th><i>CLEI 3 - 4</i></th> <th><i>CLEI 5 - 6</i></th> </tr> <tr> <th>T.G</th> <th>G.R</th> <th>G.A</th> <th>G.R.</th> <th>G.R</th> <th>T.G.</th> <th>T.G</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>EF I</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>1</td> </tr> </tbody> </table> <p>Convenciones:</p> <p>T.G. Todos los Grupos G.R. Grupos regulares G.A. Grupos de Apoyo</p>								<i>B. Primaria</i>	<i>B. Secundaria</i>		<i>Media</i>	<i>Media técnica</i>	<i>CLEI 3 - 4</i>	<i>CLEI 5 - 6</i>	T.G	G.R	G.A	G.R.	G.R	T.G.	T.G	EF I	1	2	1	2	1	1	1
	<i>B. Primaria</i>	<i>B. Secundaria</i>		<i>Media</i>	<i>Media técnica</i>	<i>CLEI 3 - 4</i>	<i>CLEI 5 - 6</i>																							
	T.G	G.R	G.A	G.R.	G.R	T.G.	T.G																							
EF I	1	2	1	2	1	1	1																							

INTRODUCCIÓN

La Institución Educativa Antonio Derka Santo Domingo viene trabajando desde el año 2009 en el mejoramiento institucional a través de la conformación de un equipo de Calidad que acompañe los diferentes procesos y componentes que hacen parte del Proyecto Educativo Institucional. Con la intención de atender las necesidades de formación de la comunidad que acompaña y fortalecer las acciones de cualificación académica de sus estudiantes, se establece un equipo de trabajo que lidera la gestión académica. De este equipo hacen parte tanto docentes como directivos docentes.

En el marco de este proceso de calidad, para el año 2015 se ha dado inicio a la intervención de los planes de estudio a partir de la revisión del componente del PEI llamado Planes de Estudio y Criterios de Evaluación y Promoción. El análisis realizado de cada uno de los planes con los que cuenta la institución sugiere que cada uno cuenta con todos los elementos que indica el decreto 1860 de 1994, debido a que se encontró una ausencia de algunos elementos en la wiki institucional. Para este mismo año, aparece la propuesta de expedición currículo como alternativa de planes de estudio que hace un equipo de docentes investigadores de la Secretaría de Educación Municipal en cada una de las áreas. La institución, previo acuerdo con sus docentes en el consejo académico, determinó aprovechar algunos elementos de la propuesta de los expedicionarios ya que fortalece la incorporación de metodologías activas al aula de clase, tal y como lo propone el Modelo Pedagógico Institucional.

Así las cosas en el presente documento el lector podrá encontrar la caracterización de la institución educativa, el diagnóstico del área, los objetivos de esta, los objetivos por niveles y grados, así como la malla curricular que se estudiará, También podrá encontrarse las competencias a desarrollar el estudiante a lo largo del año escolar, los estándares y los indicadores de desempeño.

Y comprender de qué manera ésta se articula con los diferentes proyectos pedagógicos obligatorios o institucionales.

1. DIAGNÓSTICO DEL ÁREA EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES

En la IE Antonio Derka Santo Domingo el área de Educación Física se considera fundamental para el desarrollo integral de los estudiantes dado que permite acompañar los procesos de evolución de estos a la vez que fortalece hábitos de vida saludable y fomenta valores como la disciplina, el autocuidado y el trabajo de equipo. Pese a ello, no cuenta con una intensidad horaria que facilite procesos de formación de deportistas de alto rendimiento. Se cuenta con dos horas en la básica primaria, secundaria y media académica y con una hora en la media técnica. Sin embargo, esto no es un inconveniente para atender las necesidades institucionales que cada día se incrementan pues se espera que los estudiantes mejoren sus comportamientos frente al cuidado de su cuerpo en relación con los procesos de aprendizaje y la programación de un proyecto de vida integral en el que no haya espacio para el consumo de sustancias psicoactivas o la realización de actividades que vayan en detrimento de la calidad de vida de los estudiantes y sus familias.

El proceso de planeación del área de educación física en la institución ha estado soportado en documentos como los Planes de estudios, el plan de Expedición currículo, la información almacenada en la Wiki; todo ello elaborado sobre la base de los lineamientos curriculares, normatividad existente y articulado a la propuesta de formación integral de la institución. En la orientación de este proceso de elaboración de material para el área han participado instituciones como el ITM a través de asesoría externa y la universidad de Antioquia, entre otros. De esta forma se han acogido las propuestas con las que cuenta la institución. El trabajo metodológico se enfoca en unidades temáticas que permiten articular los contenidos y acciones.

El área de educación física en la institución cuenta con 4 docentes en la básica secundaria, formados como Licenciados en educación física. Estos docentes orientan el área en todos los grupos. Para el caso de la básica primaria, el docente director de grupo es quien se encarga de acompañar el proceso formativo de los niños en el área. Con relación a la formación, los grupos que tienen un sólo docente para todas las áreas presentan limitaciones en el desarrollo del área pues el desarrollo de la misma es limitado a las posibilidades e intereses que tiene el docente y no a las necesidades de formación de los estudiantes. Con intermitencia se ha trabajado con docente especializado por ciclos de tercero (3) a quinto (5), lo cual favorece el acompañamiento al área por parte del docente de educación física pues orienta las acciones a la formación específica de acuerdo a las necesidades de los estudiantes. Por otro lado, los perfiles que atienden el área, demuestran idoneidad y profesionalismo en su saber; sin embargo en la básica primaria la formación de los docentes está centrada en otras áreas, lo que devela la necesidad de un acompañamiento que requiere de soportes técnicos, conceptuales y prácticos para el desarrollo de las habilidades de los estudiantes.

Etimológicamente, existe un componente teórico donde se abordan conceptos que en adelante se acompañan de forma práctica y experiencial con los estudiantes. Adicionalmente, el área tiene un componente incluyente para los niños con movilidad reducida y necesidades educativas especiales. Por ello se tiene en cuenta que la evaluación es individual y busca fortalecimiento de las capacidades de los estudiantes más allá de la fuerza física.

La formación en la básica primaria está centrada en la promoción de habilidades motoras básicas y en la secundaria en la promoción de la salud, capacidades físicas, condicionales, deportes, capacidades coordinadas, entre otros elementos. En el caso de la media técnica se busca proveer al estudiante de herramientas que faciliten su participación en la vida laboral y por ello se hace énfasis en la salud ocupacional.

El acompañamiento realizado a los grupos de la institución permite evidenciar su heterogeneidad en el desempeño del área. Mientras en unos grupos el desempeño es alto, en otros es bajo y esto se debe principalmente a que no hay reconocimiento del área como saber específico y se concibe como un tiempo para el ocio. Este aspecto se ha evidenciado especialmente en el grado sexto. En general se identifican problemas de coordinación en los estudiantes, lo que revela un antecedente de poco acompañamiento en años previos; el desempeño en general, ha sido básico, en tanto existen dificultades de comprensión de las reglas y comandos directos. El porcentaje aproximado de aprobación en el área, al finalizar el año escolar se encuentra entre el 95% y el 97%. El grado que presenta mayor dificultad en el área es sexto para el caso de la básica secundaria; en el caso de la básica primaria no se evidencia problemas de reprobación del área, lo que da cuenta de un acompañamiento que no permite hacer lectura específica de las dificultades de los niños.

El área cuenta con materiales para desarrollar el proceso pero estos no resultan suficientes para la población con la que cuenta la IE. Sumado a ello, algunas zonas de almacenamiento no son adecuadas para mantener en buen estado los implementos, por esta razón se requiere mantenimiento periódico, oportuno y adecuado de las instalaciones deportivas, lo que favorece de paso la prevención de riesgos físicos para los estudiantes.

Los docentes que acompañan el área han empleado estrategias para posibilitar la equidad de género. El trabajo en grupos, trabajo dirigido, circuitos y la metodología ABP se constituyen en pilares para la materialización de los objetivos. El área ofrece diversas alternativas de actividades físicas y deportivas de acuerdo a los intereses y competencias que se deben fortalecer en los estudiantes. Una de las estrategias más conocidas es el acompañamiento al proyecto pedagógico Aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, conocido en el ámbito institucional como Proyecto de Tiempo Libre. Entre las acciones que más se destacan del proyecto se encuentran el torneo interclases, el acompañamiento a los juegos intercolegiados, proyecto hinchas por la paz y las escuelas populares del deporte.

Como experiencia significativa en el proceso formativo, el área cuenta con el reconocimiento de Campeón metropolitano de fútbol del salón, en el año 2013, lo que permitió a la IE participar en los juegos departamentales intercolegiados en la rama masculina. En el año 2014, la IE se posiciona como subcampeones municipales en fútbol de salón en la rama femenina. Durante este mismo es la sede del Festival de rondas y coreografías del núcleo 914.

Finalmente, es evidente que la incorporación de las nuevas tecnologías de información y comunicación poco se integran a las estrategias del área, aunque se reconocen como fundamentales al momento de trabajar conceptos o ideas que requieren documentación más profunda. En este aspecto, una de

las estrategias implementadas es la consulta en la web y la presentación de videos que motivan la practicas de los deportes. En este aspecto el área debe fortalecer su labor toda vez que las herramientas tecnológicas sirven de soporte para acompañar la formación de algunos deportistas.

2. REFERENTE CONCEPTUAL

2.1. Fundamentos lógico-disciplinares del área

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

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

Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación.

Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).

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

La Campaña de Cultura Aldeana se inició en 1934 bajo el ministerio de Luis López de Mesa y constituyó un intento ambicioso en sus planteamientos, limitado en recursos materiales, y efímero en su duración. Esta campaña contó con buena difusión y sembró grandes esperanzas en la ambición de democratizar la educación. Sus planes giraron en torno a la idea de llevar a los sectores populares nuevos hábitos y costumbres relacionadas con principios de higiene, estética, alimentación y nutrición.

Se llegó a plantear la necesidad de restaurar en primer término la condición fisiológica de la población escolar, entendida como la atención al régimen alimenticio, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como premisa para mejorar las condiciones y los ambientes para la adquisición de los conocimientos en los escolares.

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

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

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

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.
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 a 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; 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 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 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 contextualizada 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.

2.2. Fundamentos pedagógicos–didácticos

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

Desde los aportes de Jean Piaget hasta otros teóricos contemporáneos se ha reconocido la importancia de una formación que incluya la corporalidad como ámbito fundamental para el adecuado desarrollo de los sujetos.

Diferentes construcciones pedagógicas y educativas coinciden en su aporte para la formación integral de los sujetos implicados en el proceso educativo. La intervención pedagógica del cuerpo debe trascender la mirada técnica e instrumentalista a la que ha sido sometido, transgredir los límites del paradigma biológico y somatognóstico en el que se ha encasillado (Moreno, 2007) para adquirir importancia en cuanto permite la formación del ser humano en términos de desarrollo humano.

La escuela es, entonces, un lugar privilegiado para que niños, niñas y jóvenes se reconozcan como sujetos por medio de la motricidad que posibiliten la transformación del contexto social y que promuevan aspectos propios de la existencia como “la identidad, la interacción, la inclusión, la

interculturalidad, el respeto, la resistencia, el control, la vinculación, la transformación, la diferenciación, la autonomía, la visibilización, la democracia, el arraigo y la potencialización del sujeto” (Arboleda, 2010, p. 20).

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

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”.
- “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 la 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 exponga problemas centrales que generalmente son ignorados y olvidados. No se puede concebir una traslación ingenua y estéril de contenidos que poco o nada ayuden 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 propios del conocimiento que permitan establecer otros modos de acercamiento para su comprensión.

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 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 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 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 permita 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.
- Micro enseñanza: 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 a 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 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 de 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, 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 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 al 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 e 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.

2.3. Resumen de las normas técnico - legales

Desde la Ley General de Educación hasta cada una de las leyes, decretos, directivas ministeriales y acuerdos que establecen todos aquellos aspectos relevantes que soportan la planeación e implementación de la Educación Física, dentro de los procesos formativos de los estudiantes (no solo desde las estudiantes perspectiva de cuerpo y movimiento, sino desde las dimensiones esenciales del individuo, como ser social, intelectual, creativo, político, afectivo, moral y lúdico), el área de la Educación Física se convierte en un medio para enseñar al estudiante a ser un mejor individuo, ciudadano y un investigador de su propio ser en beneficio de una mejor ciudad. Como lo plantea la Ley 115 de 1994 en el artículo 5, los fines de la educación son:

- “La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad”.
- “La formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación”.
- “La formación en el respeto a la autoridad legítima y a la ley, a la cultura nacional, a la historia colombiana y a los símbolos patrios”.
- “La adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber”.
- “El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país como fundamento de la unidad nacional y de su identidad”.
- “El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artística en sus diferentes manifestaciones”.
- “La creación y el fomento de una conciencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad y la integración con el mundo, en especial con Latinoamérica y el Caribe”.

El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural, y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país”.

- “La adquisición de una conciencia para la conservación, la protección y el mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la

prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y de la defensa del patrimonio cultural de la nación”.

- “La formación de la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social”.
- “La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la
- “La promoción en la persona y en la sociedad de la capacidad para crear, investigar, adoptar la tecnología que se requiere en los procesos de desarrollo del país y le permita al educando ingresar al sector productivo”.

Los Lineamientos curriculares de Educación Física pretenden de manera general aportar elementos conceptuales que permitan pensar, hacer y enseñar una educación física en atención al contexto, al saber disciplinar y al sujeto. De esa manera, los lineamientos corresponden a orientaciones conceptuales, pedagógicas y didácticas que sirvan a las instituciones para el diseño del currículo. Es pertinente indicar que estos, en atención a los procesos dinámicos de la educación, permiten ampliar el espectro curricular, razón por la cual el profesorado debe enmarcar los contenidos curriculares y sus prácticas pedagógicas a partir del contexto social y educativo. El documento establece como criterios específicos (Ministerio de Educación Nacional, 2002, p. 5):

- “La comprensión y el desarrollo actual de la educación física son resultado de una evolución y construcción histórica social”.
- “Se requiere comprender la pluralidad de puntos de vista o enfoques de la educación física y la necesidad de construir nuevos paradigmas y superar los que representan un obstáculo, en un ambiente de diálogo de saberes en función de la formación del hombre y la sociedad”.
- “La pedagogía actual cultiva la sensibilidad y postura abierta ante las características del estudiante, sus necesidades sociales y culturales y el papel que en ellas debe jugar la educación física”.
- “El proceso curricular incluye la delimitación, dentro de la realidad compleja, de los problemas fundamentales respecto al contexto, el sujeto y el saber disciplinar para trazar líneas de acción”.
- “La investigación permanente es un proceso del currículo cuyo objeto es la formación de seres humanos y de cultura, lo cual requiere de un enfoque relacional del saber disciplinar”.
- “Un amplio margen de flexibilidad permite asumir diferentes formas de interpretación y de acción, de acuerdo con diversos contextos, posibilidades e intereses, transitoriedad de los currículos y apertura a modificaciones, reorientaciones y cambios”.
- “Los procesos curriculares son espacios para la creatividad, la crítica y la generación de innovaciones”.
- “El currículo como proyecto pedagógico y cultural señala un amplio horizonte de acción de la educación física”.
- “La toma de decisiones en la orientación, elaboración, puesta en práctica y evaluación y transformación del currículo debe ser participativa y democrática”.

Por su parte, las Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deportes (MEN, 2010) pretenden ofrecer fundamentos específicos disciplinares en aspectos conceptuales, pedagógicos y didácticos para el desarrollo de las Competencias básicas y específicas. Si bien el documento reconoce un “giro” respecto a los lineamientos curriculares, no descarta los aportes allí realizados. En ese sentido, especifica las competencias para el área motriz, expresiva corporal y axiológica corporal que posibilitan la formación de los sujetos (Ibíd, p. 28):

- La competencia motriz, “entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias”.
- “La competencia expresiva corporal debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de si mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades”.
- “La competencia axiológica corporal, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente”.

Finalmente, es pertinente indicar que se han tomado como soportes conceptuales y estructurales los aportes desde el Ministerio de Educación Nacional, la Universidad de Antioquia y la Secretaría de Educación de Antioquia, entre otros, que respaldan la construcción significativa y reflexión teórico-práctica del área, para desarrollarla ajustada a las especificaciones del municipio de Medellín.

Los docentes interesados realizaron una lectura exhaustiva de los documentos base y participaron de su construcción desde las diversas dinámicas y los encuentros académicos de las mesas del Laboratorio de Enseñanza de la Educación Física y el Olimpismo del Municipio de Medellín. Se lideró la construcción del Plan de Área de la Educación Física para el municipio de Medellín, teniendo en cuenta aportes, comentarios y preguntas de los docentes; a partir de las particularidades del contexto de la ciudad y las necesidades y condiciones específicas de los estudiantes.

De esta manera, los docentes, a través de esta construcción, estructuran sus Planes de área institucionales, teniendo en cuenta componentes esenciales y específicos de infraestructura, características poblacionales e intereses de los escolares de sus instituciones educativas, que aporten al desarrollo de las competencias y saberes propios del área.

Los estándares que hacen parte de cada uno de los ejes en cada malla curricular han sido redactados con base en los siguientes documentos (algunos estándares se retoman literalmente):

- Ministerio de Educación Nacional. (2002). Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación. Bogotá: MEN.
- Ministerio de Educación Nacional. (2010). Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: MEN.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivos del área

Los principales objetivos que orientan el área de Educación física en la IE Antonio Derka Santo Domingo son:

1. Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano
2. Promover relaciones armónicas con su entorno natural y social.
3. Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente
4. Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte
5. Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas.
6. Afianzar la formación, el fomento y la promoción de saberes y prácticas apoyados en la expresión motriz.

3.2 Objetivos por niveles

3.2.1 Básica Primaria

Explorar, identificar y reconocer formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.

Explorar, descubrir, identificar y manifestar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.

Vivenciar, identificar las normas, pautas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.

Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal

3.2.2 Básica Secundaria

Ejecutar, reconocer y practicar 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.

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 práctica física en la formación personal como hábito de vida saludable individual y social.

Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.

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.

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.

3.2.3 Media Académica y Técnica

Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.

Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.

Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.

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.

3.2.4 CLEI

Valorar los objetos que tienen la práctica habitual y sistemática de actividades físicas, en el desarrollo personal de los estudiantes como también en la perfección de los hábitos que fomenten la calidad de vida y la salud.

3.3 Objetivos por grado

3.3.1.1 Grado Primero

Identificar los diferentes movimientos corporales a nivel global.

Contribuir al afianzamiento del esquema corporal, el ajuste postural, la ubicación espacio-temporal a través de rondas y juegos individuales y grupales que conlleven al alumno al conocimiento del propio cuerpo y a la integración grupal.

3.3.1.2 Grado Segundo

Identificar los diferentes movimientos corporales a nivel segmentario.

Favorecer en los niños y niñas el control y dominio de sí mismo, el conocimiento de su cuerpo y la apropiación del entorno como aspectos fundamentales para la formación y desarrollo de su motricidad.

3.3.1.3 Grado Tercero

Demostrar desarrollo y afianzamiento motriz a través de la identificación de su cuerpo y de sus movimientos globales.

Desarrollar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas mediante juegos de conjunto y cooperativos y valorando las expresiones culturales como parte de nuestra vida.

3.3.1.4 Grado Cuarto

Aplica formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.

Identifica técnicas de expresión corporal relacionadas con el juego y la actividad física.

Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.

Reflexiona sobre la importancia de la actividad física para su salud.

Fortalecer el carácter de dominio, respeto y compañerismo, por medio de las actividades gimnásticas, predeportivas y bailes folclóricos que lo conlleven a participar en actividades grupales

3.3.1.5 Grado Quinto

Controla formas y duración de movimientos en actividades rítmicas y deportivas.

Identifica movimientos, actividades de calentamiento y recuperación después de la actividad física.

Reconoce las capacidades físicas coordinativas y condicionales aplicándolas en las diferentes actividades deportivas.

Valora la importancia de la actividad física teniendo en cuenta sus condiciones personales

Participa en las diferentes actividades recreativas y deportivas siguiendo la normatividad establecida y las reglas de juego.

Aplicar los conocimientos de fundamentación básica del esquema corporal, ajuste postural y coordinación en la práctica de actividades gimnásticas e iniciación deportiva.

3.3.1.6 Grado Sexto

Posibilitar al estudiante alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico que pueda alcanzar su mejoramiento de su condición física.

Comparte saberes y experiencias significativas con el otro de expresión corporal mediante la danza en actos sociales.

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

Aumentar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento y mejora de las capacidades físicas y el perfeccionamiento de sus funciones de ajuste, dominio y control corporal, desarrollando actitudes de autoexigencia, superación y autoestima.

3.3.1.7 Grado Séptimo

Seguir instrucciones al mejoramiento y puesta en práctica de los fundamentos básicos del baloncesto y el softbol.

Conocer y diseñar un programa de acondicionamiento físico a la mejora de sus capacidades físicas básicas.

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

Participar, en actividades físicas y deportivas, desarrollando actitudes de cooperación y respeto, valorando los aspectos de relación que tienen las actividades físicas y reconociendo como valor cultural propio los deportes y los juegos tradicionales.

3.3.1.8 Grado Octavo

Propiciar espacios en los cuales el estudiante tenga la oportunidad de familiarizarse con las normas de convivencia, reglas de juego limpio y hábitos de vida saludable

Desarrollar actividades lúdicas que motiven al estudiante a practicar nuevas disciplinas deportivas.

Mejorar en los estudiantes la integración grupal y las capacidades físicas generales.

3.3.1.9 Grado Noveno

Propiciar espacios en los cuales el estudiante tenga la oportunidad de familiarizarse con las normas de convivencia, reglas de juego limpio y hábitos de vida saludable.

Crear en el estudiante nuevas expectativas para que practique deportes individuales y de conjunto.

Mejorar en los estudiantes el desempeño físico – deportivo, social y moral.

3.3.1.10 Grado Décimo

Posee autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud física y mental

Mejorar el desempeño técnico-táctico - deportivo y el comportamiento social de los estudiantes.

3.3.1.11 Grado Undécimo

Planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario.

Mejorar en los estudiantes el desempeño deportivo y la comprensión de la necesidad e importancia de proteger la vida humana.

3.3.1.12CLEI 3

Distinguir los aspectos más importantes de la educación física y del juego para propiciar un mejor desarrollo personal.

3.3.1.13CLEI 4

Utilizo mis capacidades físicas y habilidades motrices como medio para trabajar en forma individual y en equipo. De forma efectiva y eficiente.

3.3.1.14CLEI 5

Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física, juegos específicos y hábitos de vida saludable. Que se dictan en las clases con mis pares y/o maestros.

3.3.1.15CLEI 6

Preparo actividades físicas alternativas y de organización deportiva, siguiendo Parámetros: Técnicos, físicos y de seguridad personal.

4. MALLA CURRICULAR

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Primero
Docente(s):	
Objetivo: 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 educación física	
Competencias: Motriz, expresión corporal y axiológica corporal	

Periodo 1			
Competencia: Comunica de forma verbal y/o corporal deseos y emociones a partir de juegos y actividad física			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Posibilidad de movimiento, higiene corporal y salud, lateralidad, direccionalidad, ajuste postural, sensaciones auditivas, táctiles y visuales, normas básicas del movimiento con ó sin elementos, normas para la sana convivencia, el juego libre y dirigido.	Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario. Exploro formas básicas de conexión con pequeños elementos y sin ellos.	Manifiesto expresiones corporales y gestuales para comunicar mis emociones como la tristeza, alegría e ira en situaciones de juego y otras opciones de actividad física.	Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
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.

Periodo 2			
<p>Competencia: explora y realiza movimientos con el cuerpo, en concordancia con diferentes ritmos y juegos corporales, de forma guiada o espontánea; de manera individual o grupal.</p> <p>competencia</p>			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué expreso con mi cuerpo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
<p>Contenidos asociados</p> <p>Habilidades básicas, capacidades físicas como correr, caminar, saltar, trotar y lanzar, ubicación espacial, espacio parcial y espacio total, desplazamiento en diferentes direcciones y posiciones, juegos y actividades pre dancísticas, rondas y coreografías sencillas, expresión corporal, ritmo y movimiento.</p>	<p>Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de ritmo y juegos corporales.</p>	<p>Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea.</p>	<p>Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros de aula.</p>

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas propuestas en la clase.	Ejecuta las actividades propuestas de pre danza, a partir de rondas y canciones.	Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase.

Periodo 3			
Competencia: sigue las instrucciones y reconoce la importancia de ellas durante la realización de las actividades físicas, poniendo en práctica sugerencias y recomendaciones.			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Tensión y relajación, juegos libre y tradicionales, juegos de relevos, juegos de carrera, salto y lanzamiento, gimnasia en colchonetas y pequeños elementos, la respiración, juegos pre-deportivos.	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. Exploro formas básicas de movimiento aplicadas a modalidades gimnásticas.	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales.	Manifiesta agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con su edad y desarrollo.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Nombra y reconoce las formas básicas del movimiento y las ubica en relación al espacio.	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Segundo
---	-----------------------

Docente(s):
Objetivo: Explorar formas básicas del movimiento en 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: Motriz, expresión corporal y axiológica corporal

Periodo 1			
Competencia: Explora y ejecuta diferentes técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo, durante las actividades propuestas en clase, siguiendo las orientaciones del docente.			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Ajuste postural, salud e higiene corporal, técnica de tensión relajación, juegos individuales y grupales, lateralidad, direccionalidad, capacidades físicas, coreografía de juegos y canciones, gimnasia con pequeños elementos	-Descubre posibilidades de movimiento siguiendo ritmos musicales. -Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.	Vivencia y comprende los sentimientos que genera la práctica de danza y ritmo propuesto y espontáneo.	Comprendo y cumpla las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser

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.
--	--	---

Periodo 2			
Competencias: -Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal. -Descubre posibilidades de movimiento siguiendo diferentes ritmos y explorando diversas técnicas de movimiento.			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué cambios percibo en mi cuerpo cuando juego?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Capacidad física, expresión corporal y lúdica, el calentamiento, el estiramiento, hábitos saludables en la práctica del ejercicio.	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 de clase.	Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y de los demás.	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.	Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo.	Respeta el desempeño en los juegos de sus compañeros.

Periodo 3

Competencia: Atiende y lleva a cabo las indicaciones orales, escritas o ejemplarizantes del profesor durante cada momento de la clase y ejecuta las actividades de acuerdo a ellas.			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	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.
Cambios fisiológicos en el ejercicio como sudoración, respiración, temperatura, sensación de sed y latido cardiaco, juegos individuales y grupales, ejercicios aeróbicos, iniciación al baloncesto y microfútbol, festival deportivo.			

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de sus compañeros a través del juego individual y grupal.	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.	Respeta y reconoce las diferencias presentadas entre los diferentes estudiantes del grupo.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Tercero
Docente(s):	
Objetivo: Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.	

Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.
 Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física

Competencias:

- Competencia motriz.
- Competencia expresiva corporal.
- Competencia axiológica corporal

Periodo 1			
Competencia:			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados			
Funciones motrices básicas Respiración y pulso cardiaco Manejo de la respiración en diferentes actividades físicas Tensión y relajación Conciencia de la respiración y del pulso cardiaco Aplicación de pruebas de medición de las capacidades físicas Gimnasia básica	Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas. Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.	Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.	Comprendo y práctico las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Reconoce los diferentes segmentos	Ejecuta formas básicas de movimiento y	Corporales. Valora y respeta su cuerpo

corporales en situaciones de juego.	las relaciona con los segmentos	y el de sus compa- ñeros
-------------------------------------	---------------------------------	--------------------------

Periodo 2			
Competencia:			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿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
Contenidos asociados	Comprendo y práctico las 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 en la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.
Movilidad articular Articulaciones del Cuerpo Planos de movimiento de los segmentos corporales Habilidades para el desplazamiento y el salto Cuidado del cuerpo Práctica deportiva Normas de higiene y salud física antes, durante y después del ejercicio. Normas básicas en algunos deportes de conjunto			

Indicadores de desempeño

Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.	Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.

Periodo 3			
Competencias:			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?			
Contenidos asociados	Realizó distintas posturas en estado de reposo y en movimiento. Exploró la diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.	Vivencia y reconoce los diversos gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo.	Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me esfuerzo en la actividad física.
Habilidades motrices básicas Motricidad gruesa Coordinación oculopédica Juegos de atención Pruebas de medición de mis capacidades físicas Gimnasia básica Conceptos Volteo adelante, atrás, Arco y reloj Iniciación deportiva Baloncesto, Microfútbol y voleibol			

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser

Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo	Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.
--	---	--

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Cuarto
Docente(s):	
Objetivo:	
<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:	
<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	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 y reconozco las limitaciones en la ejecución.
El calentamiento y estiramiento Tensión y relajación Ajuste postural Expresión corporal Direccionalidad y lateralidad Pruebas de capacidad física Normatividad y reglamentación	Identifico y exploro formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.		Realizo actividad física actuando con respeto a mi

en el deporte escolar	Identificó pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.		cuerpo.
-----------------------	--	--	---------

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.	Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego.	Valoro la importancia de la actividad física para la salud.

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Capacidades coordinativas Iniciación deportiva mini deporte y pre deportivos. Juegos básicos y recreación	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal. Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda-derecha, de	Decido mi tiempo de juego y actividad física. Muestro interés y motivación en la práctica de juegos pre deportivos.

		forma individual y grupal.	
--	--	----------------------------	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.	Practica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros.	Expresa lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.

Periodo 3			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Conductas motrices de base Deportes de pelota: futbol, baloncesto, volibol y balonmano El atletismo Capacidades condicionales: velocidad, fuerza y resistencia Gimnasia	Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas. Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo. Identifico movimientos y actividades de calentamientos y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical. Realiza ejercicios de fundamentación de los pasos básicos de danzas.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.

Indicadores de desempeño

Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales. Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices individuales y de grupo.	Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Quinto
Docente(s):	
Objetivo:	
<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:	
<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?			
Contenidos asociados	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.	Identifico y ejecuté prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis	Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y
Conductas motrices de base			

Deportes de pelota: futbol, baloncesto, volibol y balonmano	Identifico mis capacidades físicas en la realización del ejercicio físico y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.	compañeros.	actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.
---	--	-------------	---

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.	Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal. Participa de forma activa en las diferentes expresiones motrices mejorando la interacción con los demás.	Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.

Periodo 2			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados El atletismo	Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo. Identificó movimientos, actividades de calentamiento y recuperación en la actividad	Reconozco e implementó movimientos y decisiones de juego y actividad física.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales. Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y

	física.		su aporte para mi salud.
--	---------	--	--------------------------

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Reconoce las diferentes condiciones físicas las diversas prácticas corporales.	Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

Periodo 3			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Capacidades condicionales. velocidad, fuerza, resistencia Gimnasia	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal. Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado y de esta manera cómo afectó la relación con los demás.	Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser

<p>Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.</p> <p>Reconoce el estado de su condición física y su relación con su estado emocional.</p>	<p>Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.</p>	<p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.</p>
--	--	--

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Sexto
Docente(s):	
Objetivo:	
<ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contexto. • Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar emociones. • Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social. 	
Competencias:	
<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados El calentamiento y estiramiento Ajuste postural Expresión corporal Juego pre deportivo Normatividad y reglamentación en el deporte escolar.	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos. Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.

	<p>Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.</p> <p>Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.</p> <p>Demuestro como las situaciones de juego ayudan a respetar las condiciones y mejoro las relaciones con mis compañeros.</p>		
--	---	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.	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.	Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludable

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar posibilidades de movimiento?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	Ejecuto espontáneamente mis movimientos corporales y gestuales en las condiciones	Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e interiorizar
Calentamiento Capacidades coordinativas			

Iniciación deportiva y pre deportivos. Juegos cooperativos y recreación	<p>espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización.</p> <p>Reconozco mis posibilidades y condición 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>	expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.	la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida.
--	--	---	---

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.	Ejecuta y explora acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas.	Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.

Periodo 3			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cuál es la relación de la actividad física contemporánea y los hábitos físicos y sociales saludables?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados			

<p>Calentamiento</p> <p>Conductas motrices de base</p> <p>Predeportivos</p> <p>Deportes de pelota: voleibol, balonmano, Baloncesto.</p>	<p>Comprendo los efectos fisiológicos que mejoran mi condición física y salud corporal y mental.</p> <p>Identifico la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.</p> <p>Relaciono la práctica de la actividad física, las expresiones corporales y los hábitos de vida saludable.</p>	<p>Participo propositivamente en actividades de clase.</p> <p>Manifiesto la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes.</p>	<p>Identifico mis fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable.</p> <p>Oriento favorablemente la práctica de mi aseo personal con agrado y de manera natural, expresando mis beneficios y considerando la apreciación de mis compañeros.</p>
---	---	---	---

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Relaciona la actividad física y deportiva como un recurso para adquirir hábitos de vida saludable.	Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y el deporte.	Muestre interés en la adquisición de hábitos y prácticas de higiene corporal, mental y social.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Séptimo
Docente(s):	
<p>Objetivo:</p> <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.
- Competencia axiológica corporal.

Periodo 1**Competencias:**

Prioriza, argumenta y establece la práctica regular, continua y sistemática de la actividad física como medio importante para alcanzar niveles óptimos en el desarrollo corporal, motriz y emocional, a través de diferentes formas de expresión motriz.

Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados El calentamiento y estiramiento Ajuste postural Expresión corporal Espacialidad y temporalidad Teoría y práctica de capacidad física Normatividad y reglamentación en el deporte escolar	-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. -Aplicó recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices. -Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad.	Ejecuté 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 mi tiempo en la práctica de la actividad física y el juego como una manera de fortalecer mi autoestima, disciplina e incorporar estilos de vida saludable.

	-Participó en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices.		
--	---	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia deportiva, rítmica y artística.	Ejecuta sistemáticamente acciones gimnásticas como hábito de vida saludable.	Disfruta, motiva y posibilita la realización de actividades gimnásticas de manera individual y del grupo.

Periodo 2			
Competencia : Comprende, argumenta y realiza adecuada y eficientemente técnicas de movimiento propias del deporte, donde evidencia buen control y dominio corporal			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados El Calentamiento Teoría del deporte y el ejercicio físico. Juegos	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.	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	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.

	Relaciono cómo la práctica de la actividad física mejora las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos.	concentración durante otras clases en el aula.	
--	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
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.	Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud. Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimientos a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.	Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de la vida diaria.

Periodo 3			
Competencia: Evalúa, adapta, argumenta y ejecuta de manera asertiva la acción técnica más conveniente y eficiente de acuerdo a la situación de juego planteada durante la práctica deportiva.			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo optimizo y disfruto de los espacios para la práctica de actividades físicas propuestas en clase y las pretendidas por el grupo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados			

<p>Calentamiento, retorno a la calma. Deportes de pelota: baloncesto, voleibol, beisbol, balonmano. Capacidades condicionales: velocidad, fuerza y resistencia</p>	<p>-Practico actividades físicas alternativas y contemporáneas. -Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo. -Respeto los espacios empleados por mis compañeros para sus actividades propias prácticas. -Práctico actividades y comparto con mis compañeros, adoptando los espacios que la institución me ofrece.</p>	<p>Relaciono mis emociones en concordancia con las situaciones de juego y los espacios dispuestos para su práctica. Tengo en cuenta las disposiciones espaciales y las comparto con facilidad y gusto.</p>	<p>Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.</p>
--	--	--	---

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica con claridad las actividades que se adaptan a diferentes espacios y condiciones ofrecidas para la práctica motriz.	Practica y participa de las diversas actividades conservando el manejo espacial.	Asume de forma eficiente el respeto, el cuidado de los espacios y el compartir con sus compañeros.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Octavo
Docente(s):	
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad con el fin de perfeccionar su ejecución. • Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios del grupo. 	

- Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.

Competencias:

- Competencia motriz.
- Competencia expresiva corporal.
- Competencia axiológica corporal.

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales desde la aplicación adecuada de la técnica y los gestos motrices propios de cada actividad?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
<p>Contenidos asociados</p> <p>Resistencia aeróbica y Anaeróbica. Fuerza. Velocidad. Flexibilidad</p>	<p>Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional.</p> <p>Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.</p> <p>Relaciono los resultados de las pruebas físicas con el fin de mejorarlas.</p> <p>Decido las acciones más efectivas para resolver las</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>

	diversas situaciones del juego.		
--	---------------------------------	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo.	Práctica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar.	Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Fundamentación técnica en: Fútbol Sala y Fútbol de Salón. Reglamento de Juego de: Fútbol Sala y Fútbol de Salón. Juegos predeportivos al fútbol sala y fútbol de salón. Juegos preparatorios al ajedrez.	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		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser

Consulta y argumenta temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices.	Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.	Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social.
--	--	---

Periodo 3			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Es el deporte un medio de formación en valores durante la etapa escolar?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	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.
Fundamentos Técnicos de: Voleibol, Baloncesto y Balonmano. Reglamento Básico de juego de: Voleibol, Baloncesto y Balonmano. Juegos predeportivos al Voleibol, Baloncesto y Balonmano. Encuentros deportivos.			

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de su vida saludable.	Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.	Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Noveno
Docente(s):	
Objetivo:	
<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad con el fin de perfeccionar su ejecución. • Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios del grupo. • Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser. 	
Competencias:	
<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Cómo logro establecer relaciones entre las diferentes expresiones y las capacidades motrices que aplico para cada una de ellas?			
Contenidos asociados	Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas.	Participo en la ejecución y organización de actividades institucionales en beneficio del desarrollo motriz de los compañeros de la institución.	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.
Resistencia Aeróbica y Anaeróbica. Fuerza. Velocidad. Flexibilidad.	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.		
--	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Relaciona coherentemente las prácticas motrices y las capacidades individuales necesarias para su destreza.	Vivencia diferentes manifestaciones y sensaciones motrices, en diversas actividades y condiciones de juego.	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Por qué es significativo para mí vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?			
Contenidos asociados			
Fundamentos técnicos y tácticos de Fútbol Sala y Fútbol de Salón. Reglamento de juego de Fútbol Sala y Fútbol de Salón. Juegos Predeportivos al Fútbol de salón y al Fútbol Sala. Juegos preparatorios al ajedrez	-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	Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.	Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.

	con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades de juego.		
--	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludable.	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.	Muestra interés por establecer ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humano.

Periodo 3			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Cuál es la importancia de la práctica individual de actividades motrices en la salud de la comunidad?			
Contenidos asociados	Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos y gestos que pueden generar dificultades en el grupo. Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las	Selecciono actividades que me generen goce y lúdica en mi tiempo de ocio. Género espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.	Reconozco las condiciones y valores propios del juego y las resalto en los escenarios de juego.
Fundamentos técnicos y tácticos del Baloncesto, del Voleibol y del Balonmano. Reglamento de juego del Baloncesto, Voleibol y Balonmano. Juegos predeportivos al Voleibol,			

Baloncesto y Balonmano.	condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.		
-------------------------	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
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.	Planifica y participa con sus compañeros actividades motrices básicas y complejas.	Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Décimo
Docente: Estiven Zapata Otalvaro	
Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> Incluir en mi estilo de vida el movimiento con base en los conceptos de actividad física, deporte y ejercicio. Crear e implementar diferentes actividades que conlleven a la práctica constante de actividad física y beneficie el estilo de vida saludable.. Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo y mejorando la relación con su entorno social. 	
Competencias: <ul style="list-style-type: none"> Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. 	

Periodo 1			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo iniciar la práctica de actividad física, ejercicio, deporte y juego motriz e incluirlo en mi cotidianidad para tener mejores hábitos de estilos	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica

de vida saludable?			Corporal
Contenidos asociados	-Establezco definiciones de conceptos sobre juego, deporte, actividad física y ejercicio, y realizo actividad donde el movimiento me lleve a la práctica segura de alguno de estos. -Practico diferentes acciones motrices que me lleven a desenvolverme con facilidad en la individualidad y el trabajo en conjunto	Aplica con agrado la práctica de la educación física diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria.	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Conoce e interpreta la definición conceptual de actividad física, ejercicio y deporte y la demuestra en sus acciones motrices	Realiza acciones motrices planeadas que beneficien sus hábitos de vida mejorando así su condición física	Reconoce sus capacidades motrices y respeta la diferencia con las demás personas.

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Utilizo mi tiempo libre en beneficio de mi salud física, mental y emocional?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados			

	Realiza y participa de las actividades físicas programadas por la institución y además aprovecho mi tiempo libre para cuidar de mi salud.	Participo de actividades que requieran movimiento, como 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		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre.	Aporta en la construcción y cumplimiento de la norma en la realización de actividades recreativas, contribuyendo al uso adecuado del tiempo libre.	Asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.

Periodo 3			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	-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 prácticas corporales	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.

	alternativas. -Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.		
--	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Identifica las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.	Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.	Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales saludables.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: Undécimo
Docente: DISSMAN HIGUITA JIMENEZ	
Objetivo: <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 la autonomía en la decisión de apropiarse de actividades que favorecen el cuidado de sí mismo. • Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la prevención de riesgos ocupacionales de acuerdo con el diagnóstico de su condición física individual y la naturaleza y complejidad de su desempeño laboral. (Transversal al Fitness) 	
Competencias: <ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	

Periodo 1

Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿De qué manera las prácticas recreativas permiten potenciar el desarrollo humano y social?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Salud ocupacional (transversal media técnica Fitness). 2-Tiempo Libre (Juegos Interclases) 3-Condición Física	-Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución. -Establezco con los compañeros indicadores que muestran las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos. -Organiza diferentes hábitos saludables aplicados a la media técnica Fitness para prevenir riesgos ocupacionales en la vida laboral	-Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser. -Aplico diferentes estrategias para prevenir riesgos de salud ocupacional en la vida laboral.	-Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. -Concientizo a la comunidad educativa de las buenas prácticas de la condición física en el desempeño laboral.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Diferencia los fundamentos y principios de recreación, lúdica, ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales.	Propone juegos recreativos, tradicionales y de ritmo, apoyados en condiciones y características especiales.	Adopta una actitud crítica ante las diferentes propuestas de las actividades recreativas.

Periodo 2			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo hago parte para la	Competencia	Competencia	Competencia

implementación y participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto?	Motriz	Expresiva Corporal	Axiológica Corporal
Contenidos asociados	-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.	Demuestro con evidencias y resultados la importancia de asumir estilos de vida saludables.	Hago parte de la construcción del proyecto de vida de mis compañeros.
1.Cultura Física 2.Condición Física			

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludable.	Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.	Progresar en la adquisición de hábitos saludables y cotidianos y los proyecta en su contexto.

Periodo 3			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados			

<p>1. Elementos básicos sobre reglamentación de deportes seleccionados.</p>	<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 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		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.</p>	<p>Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.</p>	<p>Coopera y participa en juego grupales respetando los roles, la individualidad y el género.</p>

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: CLEI 3
Docente: LUIS FERNANDO CADENA SALINAS	
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifica su condición física. • Reconoce la importancia de la educación física y del crecimiento corporal. • Reconoce la importancia de la educación física y del conocimiento corporal. • Reconoce partes del cuerpo fundamentales en el movimiento. • Se apropia y aplica los contenidos del área y desarrolla un trabajo individual. • Define su rendimiento físico durante todo el proceso. 	
<p>Competencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. 	

- Competencia expresiva corporal.
- Competencia axiológica corporal.

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué mediciones me ayudan a reconocer mi desarrollo físico y estado de condición física? ¿Cómo puedo mejorar mi estado?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	Controla los movimientos en diversos espacios, al desplazarse y manipular objetos. Relaciona las variaciones de crecimiento del cuerpo con la realización de los movimientos	Compara y ejecuta las diferentes pruebas de la condición física.	Comprende la importancia del tiempo para la práctica de la actividad física y deportiva y la recreación
Pruebas diagnósticas de la condición física: Peso, talla, velocidad, fuerza, resistencia y otras. Fundamentos del área: Importancia de la EDF, diferencia entre educación física, recreación y deporte, conocimiento corporal (anatomía), principios de nutrición e higiene corporal. Actividades pre deportivas.			

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Define cada una de las cualidades físicas. Identifica las cualidades físicas coordinativas	-Realiza Talleres de coordinación fina. Diferencia y compara la coordinación	Elabora implementos personales para el desarrollo de la fuerza.

<p>y condicionales.</p> <p>Reconoce y aplica los métodos de entrenamiento para el desarrollo de cada una de las cualidades físicas.</p>	<p>general e independencia segmentaria.</p> <p>-Ejecuta ejercicios de equilibrio y coordinación individual y colectivamente.</p> <p>Identifica y diferencia Carreras de Semi fondo y de velocidad.</p> <p>-Realiza ejercicios de fuerza con implementos individuales y por pares.</p> <p>Realiza, identifica y compara las pruebas de aptitud física.</p>	<p>Participa en el trabajo de grupos, para el desarrollo de actividades y competencias para la vida cotidiana.</p> <p>Comprende que la práctica física se refleja en la calidad de vida.</p> <p>Identifica, diferencia y compara capacidades físicas propias y de los compañeros.</p>
---	---	---

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Cómo mantener mi condición física aplicando pruebas de seguimiento?			
<p>Contenidos asociados</p> <p>Pruebas de seguimiento en la condición física</p> <p>Capacidades coordinativas: ajuste, postural, ritmo, lateralidad, coordinación, y equilibrio.</p> <p>Actividades atléticas: carreras, saltos, lanzamientos.</p> <p>Actividades gimnásticas:</p>	<p>Reconoce fortalezas y limitaciones en la exploración de actividades atléticas y gimnásticas.</p>	<p>Compara y ejecuta prácticas lúdicas relacionadas con la gimnasia y el atletismo.</p>	<p>Comprende que la actividad física se refleja en la calidad de vida.</p>

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Conoce la Historia del atletismo.</p> <p>Identifica y diferencia las Clases y características de los lanzamientos, carreras y saltos.</p> <p>Reconoce las fortalezas y limitaciones en las actividades físicas atléticas y gimnásticas.</p>	<p>-Conoce y practica los lanzamientos de disco, jabalina, bala y martillo.</p> <p>-Clasifica, compara y practica las diferentes clases de carreras, saltos y lanzamientos.</p> <p>-Compara y analiza los datos</p>	<p>Elabora implementos para ejecución de lanzamientos y la pértiga y tenerlos en su casa para seguir practicando.</p> <p>Participa de eventos y competencias programadas en la institución y otras entidades.</p>

Periodo 3			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Cómo me relaciono y me divierto con los demás, en los juegos de conjunto con balones?			
<p>Contenidos asociados</p> <p>Pruebas de seguimiento de la condición física</p> <p>Actividades de pelota</p> <p>Bases y fundamentos del voleibol</p> <p>Bases y fundamentos de fútbol de Salón</p> <p>Fundamentos del área: Función del sistema músculo esquelético</p> <p>Manejo de información</p>	<p>Comprende los efectos metodológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.</p> <p>Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.</p> <p>Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.</p> <p>Organiza juegos para desarrollar en clase.</p>	<p>Ajusta los movimientos individuales al movimiento de mis compañeros siguiendo un ritmo.</p>	<p>Identifica las fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.</p>

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Conoce las reglas de fútbol de salón, voleibol y otros deportes de pelota.</p> <p>Diferencia entre fútbol sala, fútbol de salón, mini fútbol y fútbol.</p> <p>Conoce la historia del microfútbol y Voleibol</p> <p>Define los diferentes gestos técnicos de futsal y voleibol.</p>	<p>Aumenta el rendimiento físico atlético.</p> <p>Conoce diferentes componentes del sistema locomotor.</p> <p>Aplica los fundamentos técnicos y tácticos del voleibol y fútbol sala.</p> <p>Aplica los conocimientos del área en los deportes de pelota.</p>	<p>Comprende que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p> <p>Participa dinámicamente de las actividades de clase.</p> <p>Conforma equipos de juego.</p> <p>Respeta al adversario.</p> <p>Controla sus emociones ante el triunfo y la derrota.</p> <p>Participa de torneos y otros eventos dentro y fuera de la institución.</p>

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: CLEI 4
Docente:	
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferenciar los diversos factores que intervienen en las prácticas físicas atléticas y aplicarlos de acuerdo a contextos determinados, buscando un mayor desarrollo de su condición física y mejoramiento de las técnicas deportivas. • Seleccionar técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución • Seleccionar las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. • Tomar decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal. 	
<p>Competencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia Motriz • Competencia Expresiva corporal • Competencia Axiológica corporal 	

Periodo 1

Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿De qué manera mejoro mi condición física?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	Selecciona movimientos de desplazamiento y manipulación de elementos en las actividades físicas Identifica las modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento. Explora métodos para el desarrollo de cada una de las capacidades físicas y su aplicación. Interioriza las reglas de juego y las modifica, si es necesario.	Participa en la ejecución y organización de muestras de gimnasia rítmica. Ejecuta movimiento físico en la manipulación con otros elementos como aros, cintas, mancuernas, cuerdas y pelotas.	Reconoce el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación. Reconoce el estado de la condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.
Pruebas de seguimiento de la condición física Preparación física y actividades gimnásticas Juegos de pelota Trabajo en equipo			

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Conoce y analiza los resultados de las pruebas de la condición física. Identifica la Historia de la gimnasia, clases de gimnasia, defectos posturales	Aumenta el esfuerzo para mejorar el desempeño físico. Reconoce las capacidades físicas como base para los deportes. Reconoce las actividades de pelota como un medio para desarrollar capacidades socio-motrices. Realiza la práctica de gimnasia con aros y colchonetas, rotando el aro en un pie, dos	Desarrolla las competencias interpersonales como base para trabajar en equipo. Refuerza y valora las actividades dancísticas y gimnásticas como parte de su formación integral.

	<p>pie, pie elevado, lanzando y atrapando aros.</p> <p>Parada de manos, vuelta estrella, giros y volteos.</p>	
--	---	--

Periodo 2			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Cómo mido los avances o retrocesos en mi estado físico? ¿Utilizo pruebas específicas para llevar a cabo un seguimiento a mi estado físico?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
<p>Contenidos asociados</p> <p>Preparación física y pruebas de seguimiento de la condición física.</p> <p>Voleibol: aspectos técnicos y juego de equipo.</p> <p>Fútbol de salón: aspectos técnicos y juego de equipo.</p> <p>Manejo de conflictos.</p>	<p>Combina movimientos con uso de elementos.</p> <p>Selecciona técnicas de tácticas en el manejo del diferente deporte y en el control del cuerpo.</p> <p>Comprende las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplica.</p> <p>Establece relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.</p>	<p>Propone secuencias de movimiento con los compañeros, que se ajusten a las actividades deportivas.</p>	<p>Reconoce las potencialidades para realizar actividad física orientada hacia la salud.</p>

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser

Realiza un seguimiento de la condición física. Identifica y conceptualiza aspectos técnicos y tácticos en los deportes de conjunto. Ejecuta las actividades de juego que se relacionan en los deportes de conjunto.	Desarrolla condiciones fisiológicas necesarias para el esfuerzo. Reconoce los elementos básicos del voleibol y fútbol de salón y los aplica.	Resuelve dificultades del proceso estableciendo consensos y acuerdos.
---	---	---

Periodo 3			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Qué aportes individuales son fundamentales para la obtención de logros de equipo?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Pruebas finales de la condición física Baloncesto Atletismo Dominio personal	Comprende las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto. Comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable. Selecciona actividades para el tiempo de ocio.	Reconoce la condición física propia. Comprende los conceptos teóricos y los aplica en la práctica y de las bases del baloncesto. Mejora en la acción técnica de las pruebas atléticas de campo y pista. Domina las acciones individuales y grupales en los deportes.	Reconoce el estado de la condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Analiza los resultados finales de cada una	Obtiene una mejor condición física	Mejora la capacidad de autocontrol

de las pruebas de la condición física. Conoce e identifica los fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto. Identifica las Pruebas de campo y pista del atletismo (saltos, lanzamientos, velocidad-relevos)	durante el año como resultado de su plan inicial. Reconoce los fundamentos y los elementos básicos del baloncesto y los aplica. Mejora las técnicas de algunas acciones atléticas como el lanzamiento, el salto y la carrera	aplicándolo en el desempeño deportivo. Practica el baloncesto y el atletismo en los descansos escolares y extraclase dentro y fuera de la institución para el mejoramiento de la calidad de vida.
--	--	--

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: CLEI 5
Docente: LUIS FERNANDO CADENA SALINAS	
Objetivo:	
<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. • Elaborar diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos. • Aplicar con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de sí mismo. 	
Competencias:	
<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva corporal • Competencia axiológica corporal 	

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Reconozco mi condición física individual para mejorarla?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados	Selecciona técnicas de movimiento para el proyecto	Orienta el uso de técnicas de expresión corporal para el	Organiza el plan de actividad física de acuerdo
Pruebas diagnósticas.			

<p>Acondicionamiento físico. Rutinas planes y juegos lúdico recreativos. Trabajo individual (hábitos de vida saludable)</p>	<p>de actividad física. Perfecciona la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. Planifica el mejoramiento de la condición física a partir de la actualización de la ficha de evaluación. Elabora estrategias para hacer más eficiente el juego.</p>	<p>control de las emociones e situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>a los intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p>
---	---	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Diagnostica la condición física inicial: peso, edad, talla, velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad. Conoce los conceptos de: acondicionamiento físico, condición física, ejercicio físico, actividad física, deporte, entrenamiento deportivo. Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades y necesidades. Aplica los conceptos de: nutrición, higiene corporal y postural, rutina de ejercicios, planes de acondicionamientos en la vida cotidiana.</p>	<p>Identifica su condición física inicial y propone un plan de ejercicios. Implementa un trabajo autónomo que aporte al desarrollo de la corporalidad. Propone ejercicios que pueden implementarse en una rutina diaria para mejorar y mantener su condición física.</p>	<p>Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás. Participa en todos los juegos propuestos en clase. Respeta a los compañeros en la ejecución en las pruebas diagnósticas. Asimila la importancia de la salud en la vida cotidiana.</p>

Periodo 2

Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿El conocimiento individual me permite la realización de aportes al trabajo grupal?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
Contenidos asociados Pruebas de seguimiento de la condición física. Preparación física Fundamentos de recreación lúdica, ocio, tiempo libre y ritmo	Elabora un plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Participa en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. Aplica diferentes conceptos de movilidad del proyecto en la vida cotidiana.	Utiliza la expresión corporal como base del conocimiento en las pruebas de seguimiento de la condición física. Realiza ejercicios de ritmo en la adquisición de técnicas deportivas.	Concientiza a los compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. Maneja de forma adecuada la implementación deportiva durante las prácticas.

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
Entiende los métodos y utilidades de las diferentes capacidades físicas en la práctica deportiva.	Mejora su capacidad física y contrarrestar el sedentarismo. Diferencia y aplica los fundamentos de la preparación física de acuerdo a los objetivos específicos. Propone juegos recreativos tradicionales y de ritmo.	Ejecuta ejercicios por parejas y en grupo. Realiza prácticas deportivas por fuera de clases demostrando respeto y buen comportamiento.

Área: Educación física recreación y deportes	Grado: CLEI 6
---	----------------------

Docente: LUIS FERNANDO CADENA SALINAS
Objetivo: <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. • Elaborar diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos. • Aplicar con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorecen el cuidado de si mismo.
Competencias: <ul style="list-style-type: none"> • Competencia Motriz • Competencia Axiológica • Competencia Expresiva

Periodo 1			
Competencias			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
¿Reconozco la importancia de la actividad física en mi salud, para aplicarlo en las demás actividades de la vida diaria?			
Contenidos asociados Pruebas diagnósticas Acondicionamiento físico Rutinas, planes y juegos lúdico recreativos Trabajo individual: hábitos de vida saludable	Selecciona técnicas de movimiento para el proyecto de actividad física. Perfecciona la calidad de ejecución de técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. Planifica el mejoramiento de la condición física a partir de la actualización de la ficha de evaluación.	Orienta el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de los compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Organiza el plan de actividad física, de acuerdo con los intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.

	Elabora estrategias para hacer más eficiente el juego		
--	---	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Diagnostica la condición física inicial: peso, edad, talla, velocidad, fuerza, resistencia, flexibilidad.</p> <p>Conoce los conceptos de: acondicionamiento físico, ejercicio físico, actividad física, deporte, entrenamiento deportivo.</p> <p>Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades y necesidades.</p> <p>Aplica los conceptos de: nutrición, higiene corporal y postural, rutina.</p>	<p>Identifica su condición física inicial y propone un plan de ejercicios.</p> <p>Implementa un trabajo autónomo que aporte al desarrollo de la corporalidad.</p> <p>Propone ejercicios que puedan implementarse en una rutina diaria para mejorar y mantener su condición física.</p>	<p>Reconoce las capacidades motrices y respeta la de los demás.</p> <p>Participa en todos los juegos propuestos en clase.</p> <p>Respeto a los compañeros en la ejecución en las pruebas diagnósticas.</p> <p>Asimila la importancia de la salud en la vida cotidiana.</p>

Periodo 2			
Situación Problema	Ejes de los estándares o lineamiento		
¿Aplico reglas específicas y doy puntos de vista personales con fundamentos?	Competencia Motriz	Competencia Expresiva Corporal	Competencia Axiológica Corporal
<p>Contenidos asociados</p> <p>Pruebas finales de la condición física</p> <p>Bases y fundamentos del baloncesto</p> <p>Toma de decisiones</p>	<p>Comprende los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.</p> <p>Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.</p>	<p>Participa en actividades deportivas en deportes de conjunto e individuales y la ubicación tempero espacial</p>	<p>Identifica las fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr metas y conservar la salud.</p>

	<p>Relaciona la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.</p> <p>Organiza juegos para desarrollar en la clase.</p>		
--	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber Conocer	Saber Hacer	Saber Ser
<p>Conoce la historia del tenis de mesa, el ajedrez y del baloncesto.</p> <p>Identifica las reglas oficiales del tenis de mesa, ajedrez y del baloncesto.</p> <p>Define los gestos técnicos del tenis de mesa como golpe de revés de derecha, remate y bloqueo o defensa.</p> <p>Realiza y entiende los movimientos de las fichas, estrategias de juego en el ajedrez; y fundamentos y gestos técnicos del baloncesto.</p> <p>Analiza los resultados finales de las pruebas de la condición física.</p>	<p>Analiza su rendimiento físico durante el año.</p> <p>Aplica los fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto, tenis de mesa y el ajedrez.</p> <p>Reconoce las formas básicas de juego de estos deportes individuales y grupales.</p>	<p>Establece posibilidades de respuesta ante las situaciones que se presentan en la clase.</p> <p>Procura y cuida la postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.</p>

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de la necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes. ● Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. ● Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización. ● Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas verdes. ● Reproductor de sonido y video. <p>Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Conciencia y actividad ● Sistematización ● Aumento gradual de las exigencias ● Atención individual y colectiva ● Fomento de la creatividad ● Socialización ● Conciencia ecológica y social 	<p>La evaluación como proceso permanente e integral permite valorar el estado en el que se desarrollan los distintos aspectos y componente de trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto 1290 de 2009.</p> <p>En este sentido, los criterios de evaluación deberán cumplir las características propuestas en los lineamientos curriculares. Esto es, una evaluación:</p> <p>Participativa Permanente Integral Flexible</p> <p>Para realizar una evaluación que cumpla con lo anterior se debe tener en cuenta:</p> <p>Autoevaluación, Coevaluación, Heteroevaluación.</p> <p>Igualmente tener en cuenta en la evaluación que se sugieren para el área son:</p> <p>Participación y responsabilidad en clase Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas. Puntualidad en las llegadas a clase. Exposición y argumentación coherente Capacidad de liderazgo Racionalidad en el manejo de los recursos Manejo adecuado y considerado de la implementación y los espacios. Conservación y cuidado de la naturaleza y servicios públicos dentro de la institución. Realización de actividades en el medio natural , que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación. Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros Respeto por las normas establecidas en clase</p>

Utilización de las reglas y normas para la organización de situaciones colectivas de juego.

Planes de Mejoramiento Continuo

Nivelación	Apoyo	Superación
<p>Los estudiantes que ingresan nuevos a la institución presentarán planes de nivelación que les permita integrarse al proceso curricular del área. Por lo tanto, se sugiere que el docente aplique talleres y haga un acompañamiento y acercamiento más permanente con el estudiante.</p> <p>Es pertinente el diálogo con los padres de familia o acudientes de los estudiantes para acordar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p>	<p>Los docentes realizarán una valoración y definición de indicadores, para determinar las condiciones cognitivas, motrices, y de relación que pueden estar dificultando el aprendizaje de los estudiantes y, de esta manera, establecer acciones pedagógicas más precisas y que alcancen los desempeños básicos establecidos.</p> <p>Para esto es importante que el estudiante y el acudiente conozcan previamente el plan y la intencionalidad de este.</p> <p>Se aplicarán actividades teórico prácticas, asignación de talleres, acompañamiento del docente, registros de clases, sustentaciones y otras estrategias que considere adecuadas el docente.</p> <p>Es pertinente el diálogo con los padres de familia y acudientes de los estudiantes para acordar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p> <p>Igualmente, se plantean actividades puntuales para aquellos estudiantes que demuestran capacidades excepcionales y un desempeño superior en su aprendizaje, de manera tal, que se permita profundizar en algunos temas y</p>	<p>Las acciones de superación no deben ser forzadas. Se aplican después de una observación y registro permanente y sistemático al estudiante para de esta manera establecer las acciones de superación, teniendo en cuenta las habilidades y la etapa de desarrollo del estudiante.</p> <p>Se establecerán planes de apoyo específicos que atiendan al plan curricular establecido para el grado específico.</p> <p>Actividades teórico-prácticas, asignación de talleres, acompañamiento del docente, sustentaciones y otras estrategias que considere pertinentes el docente, de acuerdo al seguimiento previamente establecido.</p> <p>Es pertinente el diálogo con los padres de familia y acudientes de los estudiantes para pactar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p>

	desarrollar actividades con un nivel de complejidad mayor.	
--	--	--

5. INTEGRACIÓN CURRICULAR

Actividades y procesos de articulación con otras áreas o proyectos de enseñanza obligatoria:

Aprovechamiento del tiempo libre.

La integración curricular desde los proyectos de enseñanza obligatoria se constituyen en una oportunidad en la formación de los estudiantes, ya que permiten la articulación de contenidos, actividades y procesos por medio de los cuales se potencialicen las dimensiones del ser humano desde los intereses y las necesidades de niños, niñas y jóvenes en beneficio de la comunidad en general. El área de Educación Física, Recreación y Deporte, con su proyecto de aprovechamiento del tiempo libre, posibilita en su estructura curricular procesos y actividades articuladoras como:

- Hábitos y estilos de vida saludable: los estudiantes adquieren actitudes en beneficio de su salud y promoción de adecuados hábitos de vida desde la práctica motriz, nutrición, salud mental y social.
- Reconocimiento y valoración de sí mismo: desde la promoción de valores los estudiantes se reconocen en un contexto, adoptando posturas reflexivas en cuando a la competencia axiológica corporal.
- Trabajo colaborativo: es indispensable para el entrenamiento de las habilidades de trabajo en equipo y la relación con el otro para las actividades cotidianas.

Educación ambiental.

El uso adecuado de los espacios y su conservación, el cuidado del entorno y de sí mismo, la preservación de los recursos naturales y la multiplicación de estos saberes en su comunidad.

Educación sexual y construcción de ciudadanía.

El cuidado y vivencia de su corporeidad, la adecuada relación con los demás, la expresión de las identidades y el respeto por las diferencias, en beneficio del desarrollo personal y colectivo. Así mismo, la expresión de las vivencias corporales y sus sensaciones, permitiendo su valoración en la construcción de un ecología humana sensata.

Valores y ética.

El respeto por el otro y la capacidad para entender los espacios que ocupa, pensamientos, expresiones corporales y emocionales; que a través de un trabajo colectivo favorecen la sana convivencia

Desde todas las áreas del saber.

Como una oportunidad para aplicar metodologías activas, participativas y creativas que propicien el disfrute de nuevos aprendizajes

6. ATENCIÓN A ESTUDIANTES CON NEE

La educación en el contexto de la población con habilidades diversas busca posibilitar en todos los estudiantes la adquisición de conocimientos y el desarrollo de habilidades, actitudes y hábitos que contribuyan a su bienestar mental y social. Esta se define como el crecimiento de un individuo al pasar de un estado de dependencia relativa a uno de relativa independencia mental, física, emocional y social.

La evaluación y promoción para esta población, se hará teniendo en cuenta la reglamentación que para tal fin plantea el estado colombiano en el artículo 1° del Decreto 2082 de 1996 según la cual la educación de las personas con limitaciones ya sea de orden físico, sensorial, psíquico, cognoscitivo o emocional y para las personas con capacidades o talentos excepcionales; hace parte del servicio público educativo y se atenderá de acuerdo con la Ley 115 de 1994, las normas que la reglamenten, las reglas establecidas en el presente decreto y las disposiciones que para el efecto dicten las entidades territoriales, en términos de apropiación y respeto de la cultura, el ambiente y las necesidades particulares.

Para satisfacer las necesidades educativas y de integración académica, laboral y social de esta población se hará uso de estrategias pedagógicas, de medios, lenguajes comunicativos apropiados, de experiencias y de apoyos didácticos, terapéuticos y tecnológicos, de una organización de los tiempos y espacios dedicados a la actividad pedagógica así como de flexibilidad en los requerimientos de edad, que respondan a sus particularidades.

El artículo 3° del decreto 2082 de 1996, se define la atención educativa para las personas con limitaciones, con capacidades o talentos excepcionales y se fundamenta particularmente en los siguientes principios:

- Integración social y educativa: Por el cual esta población se incorpora al servicio público educativo del país, para recibir la atención que requiere, dentro de los servicios que regularmente se ofrecen, brindando los apoyos especiales de carácter pedagógico, terapéutico y tecnológico que sean necesarios.
- Desarrollo humano: Por el cual se reconoce que deben crearse condiciones de pedagogía para que las personas con limitaciones, con capacidades o talentos excepcionales, puedan desarrollar integralmente sus potencialidades, satisfacer sus intereses y alcanzar el logro de valores humanos, éticos, intelectuales, culturales, ambientales y sociales.
- Oportunidad y equilibrio: Según el cual el servicio educativo se debe organizar y brindar de tal manera que se facilite el acceso, la permanencia y el adecuado cubrimiento de las personas con limitaciones o con capacidades o talentos excepcionales.
- Soporte específico. Por el cual esta población pueda recibir atención específica y en determinados casos, individual y calificada, dentro del servicio público educativo, según la naturaleza de la limitación o de la excepcionalidad y las propias condiciones de accesibilidad, para efectos de la permanencia en el mismo y de su promoción personal, cultural y social.

Por su parte el artículo. 4 clarifica que para el cumplimiento de los principios de la atención educativa a personas con limitaciones o con capacidades o talentos excepcionales, definidos en el artículo anterior, el nivel nacional del sector público administrativo de la educación, integrado de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 1º del Decreto Ley 1953 de 1994, coordinadamente con las entidades territoriales, promoverá acciones educativas de prevención, desarrollo humano, fomento y formación para el trabajo, en las instituciones estatales y privadas que ofrezcan programas de atención a esta población. Con respecto a la evaluación del rendimiento escolar el artículo 8 reglamenta tener en cuenta las características de los educandos con limitaciones o con capacidades o talentos excepcionales a que se refiere el presente decreto y adecuar los correspondientes medios y registros evaluativos a los códigos y lenguajes comunicativos específicos de la población atendida.

La educación inclusiva es una política que se materializa en estrategias de ampliación del acceso, fomento a la permanencia y a la educación pertinente y de calidad, y el mejoramiento, siendo fundamental reconocer la diversidad y la integralidad de los educandos.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arboleda, R. (2010). Las expresiones motrices y la construcción de ciudadanía: Una reflexión desde las experiencias significativas. *Educación Física y Ciencia*, 12, 13-23.

Bustamante, S., Arteaga, C., González, E., Chaverra, B., y Gaviria, D. (2012). La motricidad cotidiana en la cultura corporal de niños y niñas de quinto grado de una institución educativa de la ciudad de Medellín. *Revista Educación Física y Deporte*, 31(2), 1069-1076.

Camacho, H., y Bolívar, C. (2004). *Programas de educación física para la básica primaria*. Armenia: Kinesis.

Camacho, H., Castillo, E., y Monje, J. (2007). *Educación Física: programas de 6° a 11°. Una alternativa curricular*. Armenia: Kinesis.

Chaverra, B., Gaviria, D., Gonzalez, E., Uribe, I., Díaz, J., Padierna, J., y Bustamante, S. (2010). *Estándares básicos de competencia para el área de Educación Física, Recreación y Deporte en el departamento de Antioquia*. Medellín: Secretaría de Educación para la Cultura de Antioquia.

Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista*.

Barcelona: INDE Publicaciones.

Gómez, M. (2013). Estructura y dinámicas de las Mesas de Educación Física de Medellín en relación con los procesos de formación permanente de maestros.

Revista Educación Física y Deporte, 32(1), 1289-1298.

López, V. (2000). Buscando una evaluación formativa en educación física. Análisis crítico de la realidad existente, presentación de una propuesta y análisis general de su puesta en práctica. *Apunts: Educación Física y Deportes*(62), 16-26.

Ministerio de Educación Nacional. (2002). *Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación*. Bogotá: MEN.

Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá: MEN.

Ministerio de Educación Nacional. (2012). *Documento guía. Evaluación de competencias. Educación Física, Recreación y Deporte*. Obtenido de <http://www.mineducacion.gov.co/proyectos/1737/article-310888.html>>

Moreno, W. (2007). *El cuerpo en la escuela: los dispositivos de la educación*. En B. Chaverra, y I. Uribe (Edits.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción* (págs. 149-175). Medellín: Funámbulos.

Morín, E. (2001). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. París: UNESCO.

República de Colombia (2004). Ley 934. *Por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones*. Colombia: Congreso de la República.

Salinas, M. (2013). *La evaluación de los aprendizajes en la universidad*. Obtenido de <http://docencia.udea.edu.co/vicedocencia/documentos/pdf/evaluacion.pdf>

Uribe, I. (2007). *Teoría y práctica de la Educación Física*. En B. Chaverra, y I. Uribe, *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción* (págs. 11-22). Medellín: Funámbulos.

Uribe, I., Gaviria, D., Arteaga, C., Cevallos, D., Londoño, J., Castaño, I., y Chaverra, B. (2010). *Guía curricular para la Educación Física* (Segunda ed.). Medellín: Universidad de Antioquia.

