

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACION Y DEPORTES
GRADOS 1° A 11°**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA MADRE LAURA

RESPONSABLE:

FREDY ALEXANDER CORREA PEREZ

DIANA RAMIREZ

AÑO 2024

1. IDENTIFICACIÓN DEL PLANTEL

Nombre: Institución Educativa Madre Laura

Rectora: Hna. Luz Marina Zapata Olaya

Dirección: Calle 45 # 22^a 81 Barrio: Buenos Aires
Municipio: Medellín Comuna: Nueve
Departamento: Antioquia Teléfono: 269.06.27
Correo Electrónico: iemadrelaura@hotmail.com

Núcleo: 926

Área: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

Docentes responsables de Área: FREDY ALEXANDER CORREA PEREZ

Intensidad horaria:

Secundaria: décimo: 2 horas semanales.

Undécimo 3 horas semanales

Número de estudiantes: Primaria: 46
Secundaria 513

Número de grupos: Primaria 10
Secundaria 12

Número docentes: 31

2. FINES DE LA EDUCACIÓN (ART. 5 LEY 115/94) Y LOS OBJETIVOS DE CADA NIVEL (ARTÍCULOS 16, 20, 21, 22 Y 23 DE LA LEY 115/94). ARTICULACIÓN DE LAS ÁREAS A ESTOS FINES Y OBJETIVOS.

De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
2. 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.
3. 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.
4. 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.
5. 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.
6. 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.
7. 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.

8. La creación y 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.
9. 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.
10. La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y 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 la defensa del patrimonio cultural de la Nación.
11. La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social.
12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.
13. 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.

3. DIAGNÓSTICO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE PRIMARIA Y BACHILLERATO

La Institución Educativa Madre Laura se encuentra ubicada en la zona sur-oriental de la Ciudad de Medellín, conformada por una población infantil y juvenil procedente de algunos barrios aledaños (Salvador, Miraflores, Caunces, Alejandro Echavarría, Enciso, El Pinal, Boston, Villa Hermosa, La Milagrosa y Las Palmas), cuyas familias pertenecen a los estratos socio-económicos 1, 2 y 3 en su mayoría.

La Institución Educativa Madre Laura es de carácter oficial con dos jornadas escolares, que presta el servicio educativo de preescolar, básica y media técnica.

Nuestra institución brinda la oportunidad de ingresar a adquirir una formación integral a toda la población infantil, juvenil sin ninguna distinción ideológica, de tipo religioso, racial, situación social o discapacidad adaptándonos a las necesidades o expectativas de los estudiantes

La institución Educativa Madre Laura fue aprobada por resolución 8241 de octubre 23 de 2001. En el año 2002 se convierte en institución educativa con ampliación a la educación básica secundaria, en el año 2005 sale la primera promoción de bachillerato.

Se detectan dentro de la población educativa y la institución algunas características como:

- **DEBILIDADES**

La falta de conciencia en cuanto al buen uso de la tecnología por parte de los estudiantes, ya que promueve el sedentarismo en una sociedad que se volvió dependiente de las pantallas, hasta llegar a ser un entretenimiento dañino, que afecta la libertad del ser humano, generando problemas de salud física y mental.

Otra debilidad es la falta de adquisición de buenos hábitos desde el hogar, refiriéndonos a hábitos físicos, mentales y emocionales, que dificulta un adecuado proceso formativo.

Falta de algunos equipos y materiales necesarios para el desarrollo de las clases como equipos de gimnasia, atletismo, deportes específicos individuales como ajedrez, tenis de mesa, limitación presupuestal para adquisición de material didáctico y deportivo suficiente, falta de textos y material de consulta relacionada con la Educación Física, la recreación y deportes, falta de duchas, camerinos y espacios para la lúdica como salón de gimnasia y danzas, así como estructuras de apoyo para la formación corporal y gimnástica como gimnasio, barras paralelas, barra de equilibrios, banco sueco, espaldera, vallas, etc.

- **OPORTUNIDADES**

La buena disposición por parte de la mayoría de los padres de familia en el acompañamiento y coordinación con la institución para adelantar procesos formativos satisfactorios y el apoyo de docentes, directivos y comunidad en general. El espíritu de superación que muestran los jóvenes en cada una de las actividades planeadas. El recurso humano y físico con el que cuenta la institución

- **FORTALEZAS:**

La calidad, disposición y empeño de la planta profesoral y administrativa, la ubicación estratégica de la institución, la experiencia y tradición de la institución, los escenarios deportivos y recreativos internos como patios, cancha polideportiva, campo externo, aula múltiple y salas de sistemas.

La Institución Educativa promueve la actividad física y la recreación, con actividades como los juegos múltiples, la participación en torneos intercolegiados en diferentes disciplinas deportivas, especialmente en voleibol, donde la institución ha representado al municipio de Medellín en varias ocasiones.

También se practican otros deportes, tales como: Baloncesto y Fútbol, los cuales ayudan a promover una cultura deportiva que beneficie la salud de los estudiantes y proyecte talentos deportivos, esto ayuda a que el aprendizaje sea más agradable y contribuya a formar integralmente.

La mayoría de los estudiantes tienden a ser receptivos frente a las actividades innovadoras que se plantean en su proceso educativo, especialmente en lo relacionado con el uso de nuevas tecnologías; además, muestran buena disposición en los procesos lúdicos y manifiestan agrado por las acciones que se plantean para ser desarrolladas en forma grupal. La Institución Educativa cuenta con un docente Licenciados en el área de la Educación Física, primara carece de un profesor para esta área. Es de resaltar la labor docente en Preescolar y Primaria con el alumnado que llega a esta Institución, así como el trabajo que realizan en las clases de Educación Física y los objetivos que esta disciplina propone para el desarrollo de los estudiantes.

Esto se presenta por la disposición del cuerpo docente y la Institución con espacios y entornos agradables para el desarrollo de las clases.

- **AMENAZAS**

Debido a la crisis social que presenta la ciudad, en cuanto a la falta de valores, los estudiantes se pueden ver afectados directa o indirectamente por la violencia en sus barrios, por la ilegalidad, por el desempleo y por la influencia negativa de los medios de comunicación, basados en una sociedad de consumo, que solo insita a crear necesidad, obligaciones y presiones que les genera estrés e incertidumbre sobre su porvenir.

4. JUSTIFICACIÓN.

El área de Educación Física tradicionalmente ha abordado al sujeto o ser humano desde una concepción dualista, esta plantea el estudio de lo orgánico y lo físico con el ser mirado como un cuerpo objeto de movimiento mecánico y no en su totalidad en forma integral. Considerando aspectos como lo educativo, lo formativo y lo intelectual no parecen hacer parte de la educación física que a la vez hace parte del sistema educativo general.

En la actualidad se trata de que el ser humano sea mirado como una totalidad que se mueve. El enfoque teórico cognitivo e integral de la motricidad debe ser contemplado desde la dimensión biológica tradicional y desde la dimensión psicológica y social. Por lo tanto, las competencias que se esperan desarrollar en los sujetos son: perceptivo-motriz, socio-motriz y físico-motriz.

De todas maneras, esto no puede quedar allí en el sólo escenario pedagógico, en el ciclo escolar o en la educación formal, se espera que esto trascienda a otras esferas del comportamiento humano. El área de educación física pretende pues contribuir a todo el proceso educativo del individuo que se inter-relaciona constantemente con otros factores como es el medio ambiente, la herencia, la cultura, los estilos de vida, etc., que pueden ser mucho más determinantes en la vida de las personas que el propio hecho de realizar o no ciertos ejercicios físicos. Si esto no fuera el objetivo primordial, ¿qué ocurriría? Que la educación física acabaría cuando el sujeto finalizara su ciclo de educación formal.

La enseñanza de la Educación Física en la I.E. Madre Laura pretende dar respuestas a las exigencias curriculares promulgadas por el Ministerio de Educación Nacional para las instituciones de enseñanza en el país, es así como acogemos, apoyamos y desarrollamos los fines de la Ley General de Educación.

El área busca formar sujetos con un profundo sentido de la lealtad, solidaridad, el orden, el respeto, el sentido crítico en todas las esferas de nuestra vida y estar preparados para soportar, enfrentar con criterio propio y resolver favorablemente todos los problemas.

Como sabemos la actividad física regular en particular está dirigida hacia la adquisición de hábitos de vida físicamente activos, al logro de una mayor autonomía, conocimiento corporal, contribuir al desarrollo del contenido transversal de educación para la salud, el conocimiento y dominio de ciertas expresiones motrices y la utilización del tiempo libre, mediante

la práctica y la teoría sobre el conocimiento corporal podremos influir en la conducta del individuo. Para formar y educar a los alumnos la educación física debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

La principal dificultad que se encuentra para el desarrollo del área radica en la carencia de un espacio físico para la práctica de las actividades físicas, además de una dotación limitada, teniendo en cuenta el número tan elevado de población estudiantil que se encuentra distribuida en espacios escolares, esto ya influye negativamente en la consecución de objetivos y resultados que se esperan.

Los alumnos demuestran un gran interés por las actividades programadas por el área, pues les permite un libre esparcimiento y expresión de sus aptitudes motrices, aunque este interés se ve diezmado por la falta de recursos didácticos. En términos generales despierta un espíritu de liderazgo y de gran proyección social, ya que se ofrecen alternativas para el tiempo libre y el uso creativo de éste.

Encontramos como problemática básica la agresividad de los jóvenes ahondada por la violencia intrafamiliar y los bajos recursos económicos que son problemas del sector. En lo motriz encontramos grandes vacíos, en la fundamentación básica del esquema e imagen corporal, ritmo, coordinación y la lateralidad, igualmente poco conocimiento de los deportes, todo esto dado por las condiciones en que se realizan las prácticas de educación física en el ámbito escolar, en la que se adolece de un proceso formativo en casi todas las instituciones.

La proyección que tiene la educación en el área no solo en la Institución sino en el sector es grande, ya que se ofrecen actividades que involucran a los actores de manera directa e indirecta como torneos, jornadas recreativas, semana cultural y deportiva, etc.

En la actualidad la población estudiantil en general presenta altos niveles de estrés, debido generalmente a la crisis económica, la rutina, el trabajo, los diferentes problemas cotidianos, la falta de actividad física, el poco aprovechamiento del tiempo libre y falta de diversión, entre otros.

Se sabe que el sedentarismo es uno de los factores de riesgo para la salud en nuestra sociedad actual, debido a los cambios en la producción y en lo tecnológico, el esfuerzo físico disminuye sustancialmente cambiando las condiciones laborales del ser humano, pareciendo ser que genéticamente no está preparado para llevar un estilo de vida de esta índole.

Sabemos que la ausencia o insuficiencia de ejercicio físico es una de las causas detectadas desde el punto de vista epidemiológico como un factor de riesgo significativo y posible origen de un notable número de enfermedades, problemas posturales y dolencias.

Debido a que la inactividad física es un factor de riesgo modificable, los países industrializados o no, a través de las diferentes instituciones de educación formal tienen la responsabilidad de promover y concretar políticas con el objetivo de llevar a los educandos a la práctica de actividades físicas.

Desde la perspectiva de la salud y la utilización del tiempo libre, lograr que las personas menos activas realicen actividad física es más importante que la promoción en personas más activas, como efecto global de la inactividad física podrá decirse que favorece las atrofas progresivas y debilidad física generalizada de todo el organismo, lo cual es más acusado según avanza la edad.

El nivel de operatividad de una persona tiene repercusiones en las posibilidades de interacción física con el entorno social, laboral y el tiempo libre, además puede repercutir en la capacidad de comunicarse y relacionarse con los demás.

Por tal motivo, vemos la necesidad de presentar un programa que de alguna manera se aproxime a las necesidades particulares de esta población que posee unas características generales dentro de la educación formal.

Los contenidos y actividades físicas propuestas para este programa se enmarcan en las experiencias de cierta manera ya instauradas en cada uno de los alumnos o al menos elegidas por ellos con un mayor criterio en la medida que acudan con mayor agrado y actitud, pues se trata de no imponer actividades que no favorezcan la participación y motiven suficientemente al no responder a sus intereses personales.

5. OBJETIVOS. (ARTÍCULOS 16, 20, 21, 22 Y 23 DE LA LEY 115/94). ARTICULACIÓN DE LAS ÁREAS A ESTOS FINES Y OBJETIVOS.

5.1. Objetivo General del Componente.

- a) Propiciar una formación general mediante el acceso, de manera crítica y creativa, al conocimiento científico, tecnológico, artístico y humanístico y de sus relaciones con la vida social y con la naturaleza, de manera tal que prepare al educando para los niveles superiores del proceso educativo y para su vinculación con la sociedad y el trabajo.
- b) Desarrollar las habilidades comunicativas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente.
- c) Ampliar y profundizar en el razonamiento lógico y analítico para la interpretación y solución de los problemas de la ciencia, la tecnología y de la vida cotidiana.
- d) Propiciar el conocimiento y comprensión de la realidad nacional para consolidar los valores propios de la nacionalidad colombiana tales como la solidaridad, la tolerancia, la democracia, la justicia, la convivencia social, la cooperación y la ayuda mutua.
- e) Fomentar el interés y el desarrollo de actitudes hacia la práctica investigativa.
- f) Propiciar la formación social, ética, moral y demás valores del desarrollo humano.
- g) Desarrollar competencia físico-motriz, socio-afectivo y perceptivo-motriz, que propendan por favorecer la práctica recreativa y deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre en los educandos, como medio propicio para favorecer la salud preventiva y la interrelación en su cuerpo y mente.

5.2 Objetivos específicos por Nivel: Básica y media

ARTICULO 21. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN BÁSICA EN EL CICLO DE PRIMARIA. Los cinco (5) primeros grados de la educación básica que constituyen el ciclo de primaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes:

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

- b) El fomento del deseo de saber, de la iniciativa personal frente al conocimiento y frente a la realidad social, así como del espíritu crítico.
- c) El desarrollo de las habilidades comunicativas básicas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en lengua castellana y también en la lengua materna, en el caso de los grupos étnicos con tradición lingüística propia, así como el fomento de la afición por la lectura.
- d) El desarrollo de la capacidad para apreciar y utilizar la lengua como medio de expresión estética.
- e) El desarrollo de los conocimientos matemáticos necesarios para manejar y utilizar operaciones simples de cálculo y procedimientos lógicos elementales en diferentes situaciones, así como la capacidad para solucionar problemas que impliquen estos conocimientos.
- f) La comprensión básica del medio físico, social y cultural en el nivel local, nacional y universal, de acuerdo con el desarrollo intelectual correspondiente a la edad.
- g) La asimilación de conceptos científicos en las áreas de conocimiento que sean objeto de estudio, de acuerdo con el desarrollo intelectual y la edad.
- h) La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente.
- i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.
- j) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- k) El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.

l) La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura.

m) La adquisición de elementos de conversación y de lectura al menos en una lengua extranjera.

n) La iniciación en el conocimiento de la Constitución Política.

ñ) La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

5.3 Objetivos por grados 1° hasta 11°

- Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.
- Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal.
- Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

5.3.1 PRIMARIA:

Grado 1. Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos

Grado 2. Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal

Grado 3. Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos

Grado 4. Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos

Grado 5. Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal

5.3.2 SECUNDARIA:

Grado 6. Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos

Grado 7. Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia

Grado 8. Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad con el fin de perfeccionar su ejecución

Grado 9. Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal

5.4 Objetivos específicos Educación Media Técnica Artículo 32, 34, 35.

ARTICULO 32. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN MEDIA TÉCNICA. Son objetivos específicos de la educación media técnica:

- a) La capacitación básica inicial para el trabajo.
- b) La preparación para vincularse al sector productivo y a las posibilidades de formación que éste ofrece.
- c) La formación adecuada a los objetivos de educación media académica, que permita al educando el ingreso a la educación superior.

ARTICULO 34. ESTABLECIMIENTOS PARA LA EDUCACIÓN MEDIA. De conformidad con lo dispuesto en el artículo 138 de esta Ley, la educación media podrá ofrecerse en los mismos establecimientos que imparten educación básica o en establecimientos específicamente aprobados para tal fin, según normas que establezca el Ministerio de Educación Nacional.

ARTICULO 35. ARTICULACIÓN CON LA EDUCACIÓN SUPERIOR. Al nivel de educación media sigue el nivel de la Educación Superior, el cual se regula por la Ley 30 de 1992 y las normas que la modifiquen, adicionen o sustituyan. Este último nivel se clasifica así:

- a) Instituciones técnicas profesionales.
- b) Instituciones universitarias o escuelas tecnológicas.
- c) Universidades.

Educación Media Técnica

Grado 10. Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales

Grado 11. Elaborar propuestas de hábitos de vida saludables y socializarlos con sus compañeros

6. COMPETENCIAS, COMPONENTES, DBA, ESTÁNDARES BÁSICOS Y LINEAMIENTOS CURRICULARES.

COMPETENCIAS

- Competencia motriz
- Competencia expresiva corporal
- Competencia axiológica corporal

COMPONENTES

- Kinestésico y de movimiento
- Comunicativo – Lúdico
- Integralizador Biopsicosocial

INDICADORES DE META DE CALIDAD

- Trabajar para que el estudiante se forme en un espíritu crítico, reflexivo y analítico, que pueda ser agente de cambio en su entorno
- Cultivar la formación en el respeto desde los valores ético-sociales: convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, creando conciencia de la necesaria sociabilidad.
- La generar y posibilitar en los alumnos conocimientos científicos técnicos, humanísticos, históricos y sociales que los lleven al fomento de la creatividad, la investigación y a la formación de hábitos intelectuales.

ESTANDARES BÁSICOS

NO APLICA

LINEAMIENTOS CURRICULARES

LINEAMIENTOS CURRIULARES- COMPETENCIAS

Para determinar las competencias en el área de educación física se parte de los siguientes dominios básicos a saber:

1. Capacidades perceptivo-motrices.
2. Capacidades socio-motrices.
3. Capacidades físico-motrices.
4. Habilidades motrices básicas.

5. Habilidades motrices complejas (específicas).

Partiendo de las dimensiones de la motricidad humana o sea de las diferentes acciones que es capaz de realizar el ser humano, se propone a éstas como las competencias generales del Área de Educación Física: **COMPETENCIAS PERCEPTIVA-MOTRIZ, FÍSICA-MOTRIZ, SOCIO-MOTRIZ Y EXPRESIVA-MOTRIZ.**

Cada competencia tiene tres rangos de dominio:

1. **Introyección corporal:** se orienta hacia la consecución de un cuerpo identificado, atendiendo a una simbiosis de factores mecánico-fisiológicos.
2. **Extensiva corporal:** implica un cuerpo situado a modo de simbiosis utilitaria que se sirve y utiliza el mundo material (objetos circundantes).
3. **Proyección corporal:** traduce un cuerpo adjetivado, fruto de una simbiosis de elementos expresivos y afectivos que se sirve, a la vez, de los dos estadios anteriores de cuerpo identificado y situado.

Por supuesto que dicha nivelación de dimensiones no se produce ni de forma jerárquica ni lineal, sino que surge y se debe entender de forma conjunta, en una mutua dependencia necesaria para un desarrollo motor equitativo.

Criterios de las competencias

Para cada una de las competencias se establecen los siguientes niveles y desempeños:

- **Nivel 1:** Reconocimiento de capacidades y habilidades motrices.
- **Nivel 2:** Interpretación y uso de las capacidades y habilidades motrices.
- **Nivel 3:** Producción y generalización de expresiones motrices.

7. INTEGRACIÓN CURRICULAR (P. TRANSVERSALES)

- Aprovechamiento del tiempo libre, Proyecto de tiempo libre, la integración curricular desde de 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 deportes, con su proyecto de aprovechamiento de tiempo libre.
- 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 colectivos. Así mismo, la expresión de las vivencias corporales y sus sensaciones, permitiendo su valoración en la construcción de una sociedad humana y 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 a 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

8. MALLA CURRICULAR

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 1	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: DOS HORAS
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ, COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL, COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO - COMUNICATIVO- LÚDICO - INTEGRADOR BIOPSICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?</p> <p>¿Qué expreso con mi cuerpo?</p>	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hábitos sociales, higiénicos y comportamentales ● Habilidades motrices básicas ● Juegos pre deportivos ● Combinaciones de lateralidad ● Relación entre movimiento corporal y objetos ● Hábitos y normas de seguridad ● Ejercicios pre deportivos y juegos lúdicos ● Orientación espacial ● Control de objetos y superación de obstáculos ● Manejo de extremidades e implementos ● Equilibrio con o sin objetos en la mano ● Pruebas y competencias ● Pautas respiratorias. ● Rumba aeróbica (zumba). ● Yoga. <p>PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL Identificar hábitos que me permitan desarrollar habilidades sociales</p> <p>PROCEDIMENTAL Ubicar mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos</p> <p>ACTITUDINAL Seguir orientaciones para realizar todas las actividades tanto físicas como lúdicas</p> <p>PROPOSITIVO Adquirir hábitos saludables para la vida</p>

		Expresión de manera verbal y corporal diferentes manifestaciones para comunicarse a partir de juegos y actividad física	
--	--	---	--

ACTITUDINAL

Ejecución de acciones sobre el cuidado del cuerpo, antes, durante y después de la actividad física

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 1	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ. EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO - COMUNICATIVO- LÚDICO - INTEGRADOR BIOPSICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Funciones del cuerpo humano ● Motricidad fina y gruesa ● Juegos de imitación, relevos y rondas ● Ejercicios de respiración ● Actividades orientando el respeto por la norma ● Actividades de mini competencias ● Gimnasia básica: rollo adelante, rollo atrás, posiciones invertidas, arcos, para de manos con poca dificultad. ● Juegos de equipo que implica cooperación y oposición. ● Juegos de piso (rayuela,) y mesa ● Mine deportes, mini futbol, mini voleibol, mini baloncesto ● Gimnasia de suelo ● Rollos, media luna y equilibrio <p>PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Comparar e identifico las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en la clase.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Proponer gestos dancísticos y prácticas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo.</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Divertir y participar reconociendo y aplicando las condiciones de las actividades, al realizar las prácticas planteadas.</p> <p>PROPOSITIVO.</p>

<p>¿Cómo puedo divertirme con mis compañeros?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Realización de juegos siguiendo las orientaciones ● Realización juegos y actividades propuestas que posibilitan la expresión de mis habilidades físicas. ● Resolución de las diversas situaciones que el juego presenta. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Identificación de mis capacidades, reconociendo la de mis compañeros. Valorando el esfuerzo individual y grupal de la actividad realizada 	<p>Practicar diversas actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades, aprovechando el tiempo libre</p>
---	------------------	--	--

VALORACIÓN DE LOS INDICADORES DE DESEMPEÑO

<p>CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL</p>	<p>O</p>	<p>CONCEPTUAL Y PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL Y ACTITUDINAL</p>	<p>CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL, ACTITUDINAL Y PROPOSITIVO (APLICACIÓN EN NUEVOS CONTEXTOS O TRANSFORMACIÓN DEL CONOCIMIENTO)</p>
-------------------------------------	----------	---------------------------------------	--	--

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 2	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES:			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.EXPRESIVA CORPORAL. AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIOSOCIAL.COMUNICATIVO-LÚDICO			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Órganos y sistemas del cuerpo humano ● Calentamiento general y específico ● Hábitos saludables ● Formaciones básicas ● Articulaciones corporales ● Hidratación ● Coordinación, equilibrio y ritmo ● Lateralidad, espacialidad y temporalidad ● Juegos <p>Capacidades físicas</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Lanzamientos ● Movimientos gimnásticos ● Actividades y juegos que involucren las capacidades físicas ● Juegos de saltar, correr y lanzar ● Rumba aeróbica (Zumba). ● Pautas respiratorias. 	<p>CONCEPTUAL</p> <p>Identificar los ejercicios para realizar el calentamiento</p> <p>Identificar los hábitos saludables durante la clase y para la vida</p> <p>PROCEDIMENTAL</p> <p>Atender las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad física, hidratándome, alimentándome y en condiciones de higiene adecuada para la actividad</p> <p>ACTITUDINAL</p> <p>Ejecutar el calentamiento antes de jugar y realizar actividades físicas consiente</p>

<p>¿Qué cambios percibo de mi cuerpo cuando juego</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Yoga. <p>PROCEDIMENTAL</p> <p>Realización de movimientos siguiendo diferentes ritmos y movimientos</p> <p>ACTITUDINAL</p> <p>Identificación de hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas.</p>	<p>del cuidado de su cuerpo y el de los demás</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Aprovechar los espacios de mi entorno cotidiano para el buen uso del tiempo libre</p>		
<p>CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL</p>	<p>O</p>	<p>CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL</p>	<p>Y</p>	<p>CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL Y ACTITUDINAL</p>	<p>CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL, ACTITUDINAL Y PROPOSITIVO (APLICACIÓN EN NUEVOS CONTEXTOS O TRANSFORMACIÓN DEL CONOCIMIENTO)</p>

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 2	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMNTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?</p> <p>Cómo valoro mi condición física</p>	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de capacidades físicas con actividades de fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad • Tipos de deportes individuales y colectivos • Juegos tradicionales, recreativos, deportivos, de mesa • Exploración dancística: pasos básicos de la danza, ritmo y coordinación. <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exploración de mis capacidades físicas en diversos juegos y actividades <p>Participación en juegos de acuerdo con mis preferencias y posibilidades del contexto escolar.</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Reconocer los hábitos de vida saludable en la actividad física y en el juego.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Participar en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Demostrar entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales</p> <p>PROPOSITIVO.</p>

y su importancia para la salud e Interacción con los demás?		ACTITUDINAL <ul style="list-style-type: none"> • Aplicaciones y orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene durante el desarrollo de la actividad 	Proponer actividades lúdicas en forma espontánea y creativa
---	--	--	---

VALORACIÓN DE LOS INDICADORES DE DESEMPEÑO

CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL	O	CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL	Y	CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL Y ACTITUDINAL	CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL, ACTITUDINAL Y PROPOSITIVO (APLICACIÓN EN NUEVOS CONTEXTOS O TRANSFORMACIÓN DEL CONOCIMIENTO)
-----------------------------	---	-----------------------------	---	---	--

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 3	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ejercicios pre deportivos juegos lúdicos ● Partes del cuerpo humano y sus funciones. ● Alimentos y bebidas hidratantes ● Respeto por la diferencia ● Actitud y motivación ● Ejecución del calentamiento y vuelta a la calma ● Actividades rítmicas y de equilibrio corporal ● Manipulación y uso de diversos elementos en el espacio y en el tiempo: cuerdas, bastones, pelotas y aros. ● Actividades que impliquen ubicación, estados de excitación y relajación ● Actividades con algunos elementos que produzcan diferentes sonidos ● Revistas gimnásticas ● Pautas respiratorias. ● Rumba aeróbica (zumba). 	<p>CONCEPTUAL</p> <p>Reflejar en las prácticas deportivas respeto por la diferencia hacia mí mismo y hacia mis compañeros, con buena actitud y motivación</p> <p>PROCEDIMENTAL</p> <p>Aplicar las recomendaciones sobre higiene corporal</p> <p>ACTITUDINAL</p>

<p>¿En qué contribuye el movimiento y la actividad física de mi cuerpo a la calidad de vida?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Yoga. <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización del calentamiento y la vuelta a la calma en forma adecuada • Realización del cuerpo humano, dibujando e identificando sus partes y funciones. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostración de buena actitud y motivación por la práctica de actividades físicas • Demostración de movimientos gimnásticos, con diferentes elementos 	<p>Practicar las indicaciones sobre la forma correcta de realizar ejercicios.</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Adquirir hábitos saludables de descanso, nutrición y ejecución de actividades físicas que me mantienen saludable</p>
--	------------------	---	---

VALORACIÓN DE LOS INDICADORES DE DESEMPEÑO

<p>CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL</p>	<p>O</p>	<p>CONCEPTUAL PROCEDIMENTAL</p>	<p>Y</p>	<p>CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL Y ACTITUDINAL</p>	<p>O</p>	<p>CONCEPTUAL, PROCEDIMENTAL, ACTITUDINAL Y PROPOSITIVO (APLICACIÓN EN NUEVOS CONTEXTOS O TRANSFORMACIÓN DEL CONOCIMIENTO)</p>
-------------------------------------	----------	-------------------------------------	----------	--	----------	--

PERIODO: DOS			
		GRADO: 3	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Actividades lúdicas y pre deportivas ● Clasificación básica de los deportes ● Organización y ejecución de festivales deportivos ● Mini deportes (mini futbol, mini baloncesto, minitenis ,minivoleibol ● Ejecución de juegos de cooperación ● Juegos con reglas o normas ● Juegos de persecución ● Juegos modificados ● Juegos de piso y cuerdas ● Exploración dancística: pasos básicos de la danza. ● Memoria, ritmo y coordinación ● Coreografías <p>PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Identificar las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.</p> <p>Conocer los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos y actividad física y en las partes del cuerpo que logra identificarlos.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Utilizar habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</p> <p>Realizar formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p>

<p>¿Cuáles son los cambios psicológicos cuando juego?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Realización de distintas posturas en estado de reposo y en movimiento. ● Exploración de diversas actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas. ● Reconocimiento de mis cambios fisiológicos y corporales que se presentan. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Valoración de los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros. ● Reconocimiento de las indicaciones del profesor, sobre la forma correcta de realizar los ejercicios y aporte al trabajo de mis compañeros de clase. 	<p>ACTITUDINAL.</p> <p>Respetar las normas establecidas en la realización de juegos.</p> <p>Reflexionar sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p>
---	------------------	---	---

PERIODO: UNO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA

GRADO: 4

INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas

LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA

COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL

COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO. COMUNICATIVO- LÚDICO. INTEGRADOR BIOPSICOSOCIAL

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?</p> <p>¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?</p>	<p>NO APLICA</p> <p>NO APLICA</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● El cuerpo humano ● El calentamiento ● Organización grupal en circuitos motrices ● Test de habilidades físicas motrices. ● Ejercicios de independencia segmentaria <ul style="list-style-type: none"> ● Frecuencia cardiaca y pulso, tensión y relajación ● Gimnasias básicas con pequeños elementos ● Expresiones rítmico-, danzarías ● Pautas respiratorias. ● Rumba aeróbica (Zumba). ● Yoga. <p>PROCEDIMENTAL</p> <p>Identificación de movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>ACTITUDINAL</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Identificar movimiento y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Elaborar carteles sobre cultura física y salud para la práctica deportiva.</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Practicar hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad físico</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Interiorizar y aplicar hábitos saludables para mi vida cotidiana y el buen uso del tiempo libre.</p>

		Aplicación de hábitos saludables para el adecuado desarrollo de la actividad física.	
--	--	--	--

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 4	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Test de miembros inferiores (piernas y saltabilidad) ● Test de fuerza y resistencia abdominal ● Test de resistencia aeróbica ● Test de flexibilidad ● Test de fuerza de brazos ● Test de velocidad ● Combinaciones de deportes (futbol, baloncesto Combinaciones de deporte (futbol y balonmano) ● Ejercicios pre-básicos (posturas) ● Pre. Básicos: saltos, ● Pre-básicos (la rueda) ● Pre-básicos: volteretas ● Juegos tradicionales: carreras de encostalados, individual y grupal ● Elaboración de caballito de palo ● Saltar la cuerda individual y grupal ● Rondas, golosa, tejo infantil (con latas) 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Identificar movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Identificar hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Realizar secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal.</p> <p>Reconocer movimientos que se ajusten al ritmo musical.</p> <p>ACTITUDINAL.</p>

<p>¿Cómo expreso mediante el juego que acepto y quiero mi cuerpo?</p>	<p>NO APLICA</p>	<p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificación de pruebas que indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados • Identificación de diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellos. • Realización de diferentes practicas gimnasticas cuidando mi postura • Reconocimiento a mis compañeros como constructores de juego <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación de algunos juegos tradicionales • Proposición de momentos de juego en el espacio escolar 	<p>Aplicar reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Valorar mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Proponer momentos de juego en el espacio escolar y familiar</p>
---	------------------	---	--

<p>PERIODO: UNO</p>		
<p>ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA</p>	<p>GRADO: 5</p>	<p>INTENSIDAD HORARIA SEMANAL:2 horas</p>
<p>LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA</p>		
<p>COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.</p>		

COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?</p>	<p>NO APLICA</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Explorar el equilibrio corporal, empleando el tacto y el oído, sin que intervenga la vista ● Realización de juegos de juegos que requieran lanzar, saltar, patear, caminar y correr ● Percepción de la contracción y relajación al respirar ● Actividades de iniciación deportiva, percepciones: táctiles, auditivas y visuales ● Actividades que permitan desarrollarse como medio de aprovechamiento de tiempo libre ● Ejercicios básicos: correr, vibrar, lanzar y atrapar <p>PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL</p> <p>Identificar posturas corporales propias de las técnicas de movimiento</p> <p>PROCEDIMENTAL</p> <p>Aplicar reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas, individuales y de grupo</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Proponer la realización de juegos y actividades físicas que practico con mis compañeros</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Proponer la realización de juegos y actividades físicas que practico con mis compañeros y mi comunidad</p>

<p>¿Cómo puedo identificar mis capacidades y características físicas individuales para la práctica deportiva o actividades lúdicas específicas?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Aplicación de formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas ● Realización de posturas corporales, propias de diferentes técnicas de movimiento. ● Pautas respiratorias. ● Rumba aeróbica (Zumba). ● Yoga. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Utilización de las prácticas deportivas como medio de crecimiento personal y social 	
---	------------------	---	--

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FISICA		GRADO: 5	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades sobre normas de juego, triunfo y derrota en encuentros deportivos o juegos. • Desplazamientos laterales, diagonales, adelante, atrás para anticiparse a un elemento (balón atraparlo o golpearlo en el momento oportuno • Manipulación y equilibrio, pasar, lanzar recibir • Actividades de momentos de lazos de amistad y fraternidad en el grupo. • Actividades y videos para identificar los bailes típicos • de la región andina, pacífica y del caribe • Exploración de los pasos básicos de bailes típicos de la región andina • Coreografía básica de bailes típicos de la región andina • Exploración de pasos básicos de bailes típicos de la región pacifica 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Desarrollar habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.</p> <p>Manifestar la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Comparar y ejecutar expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.</p> <p>ACTITUDINAL</p>

<p>¿Cómo valoro mi condición física y su importancia para la salud e interacción con los demás?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Actividades con aeróbicos como medio de expresión corporal e interacción social <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aceptación y proposición de las reglas del juego ● Identificación de técnicas de expresión corporal, que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividades físicas. ● Identificación de las emociones que afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado ● Reconocimiento y ejecución de danzas y prácticas lúdicas de tradición regional ● Reconocimiento de movimientos que se ajusten al ritmo musical <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Elección de mi tiempo de juego y de actividad física 	<p>Aplicar reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Realizar secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Proponer momentos de juego en el espacio escolar.</p> <p>Proponer la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.</p>
---	------------------	---	---

		<ul style="list-style-type: none">• Valoración de mi capacidad de realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	
--	--	---	--

PERIODO: UNO			
ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO: 6	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas	
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO. COMUNICATIVO- LÚDICO. INTEGRADOR BIOPSIOSOCIAL			
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal. • Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?	NO APLICA	CONCEPTUAL 1. ATLETISMO <ul style="list-style-type: none"> • Huesos del cuerpo humano y la función que desempeñan • Diagnostico físico por medio de test • Aplicación e importancia del calentamiento físico • Nutrición y dieta balanceada • Hábitos físicos, comportamentales y emocionales • Lesiones deportivas • Ejercicios de respiración y relajación • Influencias de las actividades físicas en los sistemas orgánicos humanos • Pruebas atléticas 	CONCEPTUAL. Comprender los conceptos de las capacidades físicas Reconocer el procedimiento para realizar trabajo y recuperación en pruebas atléticas Comprender las reglas básicas y los fundamentos básicos de voleibol PROCEDIMENTAL Participar en actividades propias de las capacidades físicas del atletismo
¿Cuál es la relación de la actividad física	NO APLICA		

<p>contemporánea y los hábitos físicos y sociales saludables?</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● Lanzamientos ● Saltos longitudinales ● Desarrollo de la carrera ● Atletismo, pruebas de campo y pista <p>2. VOLEYBOL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Reseña histórica del voleibol. ● Fundamentación técnica. ● Golpe de dedos y antebrazo. ● Juego. ● Evaluación bimestral <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las técnicas de las disciplinas 	<p>Aprender y perfeccionar la técnica de los movimientos y fundamentos propios del voleibol</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Validar la actividad como forma de vida saludable</p> <p>Disfrutar realizando actividades físicas y juegos como medios para interactuar con los demás.</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Proponer actividades y hábitos para la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva</p>
---	--	--	---

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 6	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: . NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSICOSOCIAL			
OBJETIVOS:			
<ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal. • Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo?</p> <p>¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar mis posibilidades de movimiento?</p>	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL</p> <p>1.GIMNASIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reseña histórica • Destrezas • Volteos • Gimnasia con pequeños elementos • Spagat y split • Rueda lateral • Parada de manos <p>2. DANZAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Danza de la región del Caribe, ritmos • Danza, coreografía por parejas • Instrumentos • Danza de la costa pacífica (escoger preferencia) • Coreografía por parejas 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Describir coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas</p> <p>Consultar y argumentar temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Participar en la ejecución de pruebas gimnásticas básicas</p> <p>Participar en ejercicios rítmicos y bailes folclóricos</p> <p>ACTITUDINAL.</p>

● Instrumentos

PROCEDIMENTAL

Construcción de esquemas o secuencias de movimientos espontáneos y guiados.

ACTITUDINAL

Identificación de la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.

Reflejar el disfrute por el movimiento y el juego mejorando las relaciones interpersonales.

Mostrar voluntad en la adquisición de hábitos y prácticas de higiene corporal, mental y social.

PROPOSITIVO.

Proponer actividades y hábitos para la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva

		<p>Aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices Combinación y coordinación de diferentes segmentos corporales, en relación con ritmos y objetos.</p> <p>ACTITUDINAL</p> <p>Comprensión de la importancia de aplicar los criterios de trabajo, para el desarrollo de personalidad.</p> <p>Aplicación de las recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices</p>	<p>Valorar y disfrutar las posibilidades que permiten los juegos en equipo como cooperación y compañerismo</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Proponer actividades y hábitos para la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva</p>
--	--	--	--

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 7	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIOSOCIAL			
<p>OBJETIVOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal. • Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física. 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?</p> <p>¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis</p>	<p>NO APLICA</p> <p>NO APLICA</p>	<p>CONCEPTUAL</p> <p>1.GIMNASIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concepto de gimnasia • Elementos utilizados para la práctica de la gimnasia • Posiciones básicas de la gimnasia • Volteo adelante • Volteo atrás • Rueda lateral • Parada de manos • Arcos • Esquemas gimnásticos • Fundamentación técnica <p>2.FOLCLOR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bailes típicos colombianos • Instrumentos, comidas típicas • Vestimenta de cada región 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Comprender las modalidades de la gimnasia y sus reglas básicas.</p> <p>Consultar y argumentar temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices o corporales</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Ejecutar adecuadamente ejercicios gimnásticos y juegos que requieren control, exploración corporal y coordinación</p> <p>Participar en bailes folclóricos y modernos siguiendo pasos y coreografía</p>

<p>gestos y expresiones corporales?</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● Coreografías ● Tradiciones, generaciones supervivencia africanas, españolas e indígenas ● Folclor moderno ● Traiciones y fiestas colombianas ● Festival folclórico <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Reconocimiento de la actividad física para mejorar las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos. ● Realización de actividades físicas alternativas y contemporáneas <p>ACTITUDINAL</p> <p>Reconocimiento del valor de la tolerancia, ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</p>	<p>ACTITUDINAL. Participar activamente disfrutando de los ejercicios gimnásticos aplicando voluntad</p> <p>Disfrutar del conocimiento de nuestra cultura y tradiciones regionales</p> <p>PROPOSITIVO. Proponer actividades y hábitos para la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva</p>
---	--	--	---

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 8	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO. COMUNICATIVO- LÚDICO. INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
OBJETIVOS:			
<ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explorar y manifestar estas emociones a través del movimiento corporal. • Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p> <p>¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis</p>		<p>CONCEPTUAL.</p> <p>1. CULTURA FÍSICA Y SALUD: BALONCESTO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Historia, Concepto de baloncesto, Fundamentos técnicos. - Desplazamiento, Dribling, Pases. - Lanzamientos, Paradas, Doble ritmo. - Reglamento <p>2. ORGANIZACIÓN JUVENIL: VOLEIBOL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Preparación física propia del voleibol. - Concepto de historia. - Ambientación y adaptación. - Posiciones básicas para pasar y recibir. - Voleo y golpe de dedos. - Recepción. Servicio. 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Comprender los conceptos y fundamentos básicos del baloncesto</p> <p>Comprender las reglas básicas del voleibol y aplicarlas en el juego</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Ejecutar los movimientos y fundamentos propios del baloncesto</p> <p>Combinar los diferentes movimientos propios del voleibol individualmente y en equipo</p> <p>ACTITUDINAL.</p>

<p>condiciones de salud y bienestar?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Formas de jugadas derivadas del voleibol. - Sistemas de juego - Reglamento. <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas. ● Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas. <p>ACTITUDINAL</p> <p>Reconocimiento de que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional.</p>	<p>Valorar y disfrutar la actividad física como un medio para mantenerse saludable</p> <p>Reforzar y valorar las actividades desarrolladas como parte de su formación personal y social</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Proponer actividades y hábitos para la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva</p>
--	------------------	---	---

PERIODO: DOS			
EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 8	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDAR: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?</p> <p>¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales desde la aplicación adecuada de la técnica y los gestos motrices propios de cada actividad?</p>	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL</p> <p>1.AJEDREZ</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Historia ● El tablero ● Las piezas, valor relativo ● Algunos mates simples, tácticas ● Mates complicados ● El reloj de ajedrez ● Estrategias del ajedrez ● El ajedrez y el internet, ● Intercambios <p>● RECREACIÓN Y TIEMPO LIBRE: GIMNASIA, DEPORTE: ATLETISMO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Concepto de gimnasia. - Elementos utilizados para la práctica de la gimnasia. - Posiciones básicas de la gimnasia. - Volteo adelante. - Volteo atrás. 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Comprender y aplicar las razones psicológicas del juego del ajedrez</p> <p>Identificar y comprender las diferentes modalidades de la gimnasia y su reglamento</p> <p>Identificar y comprender diferentes cambios fisiológicos que produce la actividad física</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Realizar las acciones más efectivas para resolver situaciones de juego en una partida</p> <p>Participar en la ejecución de pruebas gimnásticas</p> <p>Seleccionar y ejecutar pruebas y movimientos del atletismo para la</p>

	NO APLICA	<ul style="list-style-type: none"> - Rueda lateral. - Parada de manos. - Arcos. - Esquemas gimnásticos - Concepto de ejercicios atléticos. - Pruebas, Divisiones. - Carreras de velocidad, Carreras de semi fondo, Carreras de fondo. - Relevos, Saltos, Lanzamientos. - Reglamento <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización de procesos regulados para el acondicionamiento músculo-esquelético. • Participación en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego <p>ACTITUDINAL</p> <p>Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.</p>	<p>realización de esquemas de movimientos</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Disfrutar y valorar la posibilidad de realizar diferentes pruebas experimentando cambio fisiológicos</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Proponer actividades y hábitos para la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva</p>
--	-----------	--	--

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 9	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES:NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL.			
COMPONENTES: - QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
OBJETIVOS <ul style="list-style-type: none"> ● Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. ● Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal. ● Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo fortalecer los hábitos de postura e higiene corporal?</p> <p>¿Cuál es la importancia de la práctica individual de actividades</p>	NO APLICA	CONCEPTUAL. <ol style="list-style-type: none"> 1. ACONDICIONAMIENTO FÍSICO <ul style="list-style-type: none"> ● Manejo de pulso y frecuencia cardiaca ● Reposo, esfuerzo, recuperación y máxima ● Stretching (sistema FNP) facilitación neuromuscular ● Carrera de velocidad ● Carrera de semi fondo y fondo ● Test de conducta de entrada: flexibilidad, saltabilidad, lanzamiento ● Test de velocidad, resistencia 2. El fútbol <ul style="list-style-type: none"> Historia de los mundiales y sus jugadores (as) Preparación táctica de reglase de juego El entrenamiento y psicología del futbol Nutrición y suplementos 	CONCEPTUAL. <p>Identificar sus condiciones físicas a partir de la realización de pruebas específicas</p> <p>Profundizar en el conocimiento de los fundamentos y de la táctica de futbol</p> PROCEDIMENTAL. <p>Combinar diferentes posibilidades de actividades físicas con pausas activas de recuperación</p> <p>Participar en las actividades físicas y deportivas propuestas</p> ACTITUDINAL.

<p>motrices en la salud de la comunidad a la que pertenece?</p>		<p>Lesiones y tratamientos Micro futbol, futbol sala y golcito</p> <p>PROCEDIMENTAL</p> <p>Apropiación de las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos. Realización de rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida.</p> <p>ACTITUDINAL</p> <p>Identificación de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre.</p> <p>Reconocimiento de relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades de juego</p>	<p>Cumplir eficiente y oportunamente disfrutando las actividades asignadas en clase</p> <p>Valorar el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas</p> <p>PROPOSITIVO</p> <p>Proponer actividades físicas que mejoren su estado físico</p> <p>Proponer alternativas de solución a los problemas generados por los malos hábitos, como el sedentarismo, mala alimentación y otros</p>
---	--	---	---

PERIODO: DOS

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA

GRADO: 9°

INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 3 horas

LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA

COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL

COMPONENTES: - QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIOSOCIAL

OBJETIVO			
<ul style="list-style-type: none"> ● Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. ● Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal. ● Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo logro establecer relaciones entre las diferentes expresiones y las capacidades motrices que aplico para cada una de ellas?</p> <p>¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?</p>	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL</p> <p>1. DEPORTE: GIMNASIA, RECREACIÓN Y TIEMPO LIBRE FESTIVALES RECREATIVOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Concepto de gimnasia deportiva con ejercicios a manos libres en el piso. ● Volteo adelante, Volteo atrás. ● Parada de cabeza, Parada de manos. ● Rueda lateral, Media luna. ● Split, Spagat. ● concepto de gimnasia. ● Formas básicas de movimiento. ● Ritmo. Esquemas gimnásticos. ● Gimnasia aeróbica y coreografía ● Concepto de festivales recreativos. ● Lúdica: Juegos recreativos. ● Juegos intercalases. <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos y gestos que pueden generar dificultades en el grupo 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Comprender la importancia de enriquecer las practicas motrices como parte de los hábitos de vida saludable</p> <p>Diferenciar los fundamentos y principios de la gimnasia desde las condiciones contextuales y poblacionales</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Participar en diferentes practicas motrices y actividades de buen uso del tiempo libre</p> <p>Ejercitar movimientos y técnicas de actividades físicas alternanticas y recreativas en buenas condiciones de seguridad</p> <p>ACTITUDINAL.</p>

	NO APLICA	<ul style="list-style-type: none"> ● Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos. ● Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto. ● Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización. 	<p>Cooperar y participar en juegos de equipo, respetando los roles la individualidad y el genero</p> <p>Adoptar una actitud crítica ante las diferentes propuestas en las actividades recreativas y gimnásticas</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Proponer actividades físicas que mejoren su estado físico</p>
--	-----------	---	---

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 10	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
OBJETIVO: <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explorar y manifestar emociones a través del movimiento corporal. • Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?</p> <p>¿De qué manera puedo hacer uso de mi tiempo libre para la transformación de la sociedad?</p>	<p>NO APLICA</p> <p>NO PLICA</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>1. <i>CULTURA FÍSICA Y SALUD: PREPARACIÓN FÍSICA CUERPO Y CULTURA</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Concepto de preparación física. • Capacidades condicionales: fuerza-resistencia-velocidad. • Capacidades coordinativas: equilibrio-agilidad-ritmo-flexibilidad. • Desarrollo de circuitos. • Primeros auxilios (taller). • Concepto de cuerpo. • Taller sano y vigoroso de tu cuerpo. • Ejercicios específicos con el cuerpo por medio de la gimnasia aeróbica. • Gimnasia aeróbica con pequeños elementos. • Gimnasia musical aeróbica. • Capacidades motrices. <p>2. <i>ORGANIZACIÓN JUVENIL: ORGANIZACIÓN DEPORTIVA</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Concepto de torneos. Liga, Club, Federación. ▪ Arbitraje, Planillaje. Organización de equipos. ▪ Sistema de juegos. Organización del torneo ▪ Deportes. Integración de diferentes deportes 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Identificar formas de promoción de la salud postura e higiene corporal</p> <p>Identificar los intereses de las practicas motrices individuales y colectivas</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida</p> <p>Participar en la planificación de actividades motrices básicas individuales y con sus compañeros</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Aplicar a su vida cotidiana practicas corporales saludables</p> <p>Fomentar la responsabilidad y la cooperación en las practicas físicas, juegos y deportes</p> <p>PROPOSITIVO.</p>

		<p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación en las actividades físicas propuestas por la institución. • Realización de movimientos y emociones buscando el equilibrio y bienestar, propiciando relaciones interiores y con el otro de valores y ética. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Selección técnica de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo. • Realización de actividades físicas individuales y colectivas, bajo diferentes condiciones del contexto: presión – tranquilidad, ruido – silencio, consideración. 	<p>Proponer actividades físicas que mejoren su estado físico</p> <p>Proponer alternativas de solución a los problemas generados por los malos hábitos, como el sedentarismo, mala alimentación y otros</p>
--	--	--	--

PERIODO: DOS			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO: 10	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas	
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA		INDICADORES DE DESEMPEÑO

<p>¿Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?</p> <p>¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo?</p>	<p>NO APLICA</p> <p>NO APLICA</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>DEPORTES: ACTIVIDADES ATLÉTICAS, RECREACIÓN Y TIEMPO LIBRE: FESTIVALES RECREATIVOS.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo teórico de atletismo. • Pruebas de pista y campo. • Pruebas de heptatlón y decatión. • Cánones de velocidad. • Vallas. Retiros. Semifondo. Fondo. • Salto largo y alto. • Reglamentos de pruebas. • Resistencia aeróbica y anaeróbica. • Preparación media maratón de Medellín • Juegos recreativos. • Intercalases de voleibol y de baloncesto. • Circuitos recreativos <p>PROCEDIMENTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas específicas. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicación a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. • Conformación de equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. 	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Reconocer y seleccionar rutinas que favorecen el desarrollo físico y mental</p> <p>Identificar los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Elaborar y aplicar mi plan de actividad física teniendo en cuenta principios básicos de entrenamiento</p> <p>Participar en actividades recreativas teniendo en cuenta la integración y la organización</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Progresar en la adquisición y aplicación de hábitos saludables cotidianos y los proyecta en su contexto</p> <p>Asumir los juegos como un espacio para la recreación, buen uso del tiempo libre y su desarrollo humano</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Proponer actividades físicas que mejoren su estado físico</p>
---	-----------------------------------	--	--

			Proponer alternativas de solución a los problemas generados por los malos hábitos, como el sedentarismo, mala alimentación y otros
--	--	--	--

PERIODO: UNO			
ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA		GRADO: 11	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES: NO APLICA			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<p>¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?</p> <p>¿De qué manera puedo hacer uso de mi tiempo</p>	NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Acondicionamiento físico corporal ● Calentamiento: aplicación ● Desarrollo de la fuerza y la resistencia ● Test de batería y test de cooper ● Carga y adaptación (volumen, frecuencia, intensidad) ● Funcionamiento de los sistemas endocrino y reproductor ● Dominio del léxico ● Trastornos alimenticios ● El dopaje en el deporte: El softbol ● Historia y elementos del juego ● Jugadores y sustitutos ● Duración y definición del partido ● Idea del juego: carreras ● Pelota buena, pelota mala <p>PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Organizar mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Orientar el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Orientar el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis</p>

<p>libre para la transformación de la sociedad?</p>	<p>NO APLICA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Participación en las actividades físicas propuestas por la institución. ● Realización de movimientos y emociones buscando el equilibrio y bienestar, propiciando relaciones interiores y con el otro de valores y ética. <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Selección técnica de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo. ● Realización de actividades físicas individuales y colectivas, bajo diferentes condiciones del contexto: presión – tranquilidad, ruido – silencio, consideración. 	<p>compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <p>Organizar mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.</p>
---	------------------	--	--

PERIODO: DOS			
ÁREA: HUMANEDUCACIÓN FISICA		GRADO: 11	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 horas
LINEAMIENTO O ESTÁNDARES:			
COMPETENCIAS: COMPETENCIA MOTRIZ.COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL			
COMPONENTES: QUINESTÉSICO Y DE MOVIMIENTO.COMUNICATIVO- LÚDICO.INTEGRADOR BIOPSIICOSOCIAL			
PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	DBA	PROCESOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
¿Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?	NO APLICA NO APLICA	<p>CONCEPTUAL.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Administración y organización deportiva ● Organización deportiva, eliminación sencilla ● Organización deportiva: todos contra todos ● Organización deportiva de campeonatos: telarañas ● Planillajes ● Arbitrajes ● Manejo de cronometro ● Producción intercalases <ul style="list-style-type: none"> ● Investigar sobre las enfermedades más comunes en el ámbito escolar. Proponiendo medidas de prevención ● Diseñar y presentar una estrategia publicitaria para dar a conocer los factores que afectan la salud física y mental del ser humanos <p>PROCEDIMENTAL</p>	<p>CONCEPTUAL.</p> <p>Definir con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p> <p>PROCEDIMENTAL.</p> <p>Aplicar para mi vida cotidiana tácticas que generen una cultura física y hábitos saludables</p> <p>ACTITUDINAL.</p> <p>Demostrar capacidad para aplicar procedimientos y</p>

<p>¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo?</p>		<p>Identificación de técnicas, tácticas y de prácticas deportivas específicas.</p> <p>ACTITUDINAL</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicación a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. • Conformación de equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. 	<p>actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.</p> <p>PROPOSITIVO.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. • Construir y planificar acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.
---	--	---	---

9. METODOLOGÍA DESDE EL MÓDELO PEDAGÓGICO

METODOLOGÍA DE CLASE

Momento de exploración: en este momento se motiva a los estudiantes a dar a conocer sus saberes previos frente a la temática a abordar y/o la actividad a realizar. Se puede desarrollar a través de preguntas detonantes con el fin de motivarlos a compartir sus respuestas ya sea de forma oral, escrita, a través de representaciones, juegos, videos, etc., propiciando que se apropien de su discurso. Adicionalmente, le permite al docente tener un diagnóstico de los

conocimientos y la comprensión de los estudiantes frente a la temática abordar y/o la actividad a realizar, lo cual le brinda pautas para desarrollar la actividad y facilitar la comprensión y el logro del aprendizaje propuesto.

Todo esto direccionado de tal manera que se dé respuesta a: ¿Cuál es la meta de aprendizaje que el docente propone para sus estudiantes? ¿Qué saben los estudiantes para iniciar el proceso de aprendizaje propuesto?

Momento de estructuración: en este momento se estructura la temática a desarrollar (teoría y temáticas que me ayudarán a alcanzar el objetivo de la clase) Se contemplan para su construcción los EBC, los DBA y las evidencias de la matriz de referencia.

Práctica: Ejecución (acciones de aprendizaje según el uso de materiales educativos y el objetivo de aprendizaje) y el paso a paso de la actividad a realizar teniendo en cuenta los tiempos, la organización de los estudiantes, el producto esperado.

Momento de transferencia: en este momento el docente planea cómo los estudiantes van a socializar los conocimientos construidos con sus compañeros teniendo en cuenta: ¿Qué aprendieron los estudiantes? ¿Cómo lo usan en diferentes contextos? ¿Cómo y a través de qué actividad puedo hacer evidente el aprendizaje de los estudiantes

Momento de Cierre y Valoración: Se fijan los conocimientos aprendidos durante la clase y se realizan compromisos, acuerdos, tareas o trabajos para los próximos encuentros. Se recomienda que se haga una evaluación conjunta de la clase, fortalezas y debilidades del proceso.

NOTA: es de resaltar que esta estructura no es obligatoriamente para cada sesión de clases, en una sesión se puede abordar de uno a los cinco momentos dependiendo las dinámicas de la clase.

10. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Se considera la evaluación del aprendizaje en la Institución Educativa Madre Laura un sistema valorativo, que permite establecer a través de los ámbitos conceptuales, procedimentales y propositivos cuál es el nivel de desempeño de los estudiantes en su proceso de formación integral, todos ellos en correlación con las competencias; las cuales permiten evidenciar el saber, el saber hacer y el saber actuar en contexto. La evaluación permite hacer seguimiento a la coherencia que existe entre el Modelo pedagógico, las prácticas pedagógicas y lo enunciado en los planes de áreas.

Estrategias de valoración

Son los valores porcentuales de la evaluación en el seguimiento académico de los estudiantes en cada una de las asignaturas y se realizan de la siguiente manera:

Existe un campo llamado **seguimiento**, el cual tiene un porcentaje de 70% y agrupa los siguientes sistemas de contenidos:

Conceptual: es el conocimiento acerca de datos, hechos, conceptos, principios, leyes, entre otros, que el estudiante comprende e incorpora a su estructura mental en forma significativa.

Procedimental: es el referido a la ejecución de acciones de manera secuencial y lógica, utilizando destrezas, estrategias y procesos para llegar a un fin. Algunas actividades en el aula que utilizan este contenido son: talleres, exposiciones, dinámicas de grupo, trabajos en el laboratorio, ejercicios de escritura, ejercicios matemáticos, elaboración de textos instructivos, entre otros.

Propositivo: es el contenido que se refiere a la actitud analítica, que evalúa críticamente y plantea soluciones. Algunas actividades en el aula son: debates, análisis y elaboración de textos argumentativos, elaboración de proyectos, elaboración de trabajos colaborativos, entre otros.

Otro campo es llamado **evaluación de período**, tiene un porcentaje de 20%, en ella se encuentran todos los contenidos vistos y se realiza de manera oral, escrita o a criterio del docente.

El siguiente campo es el **actitudinal**, tiene un porcentaje de 10%, en él se encuentran:

Autoevaluación: el propósito de dicha evaluación es que el estudiante tome conciencia de su proceso de aprendizaje y se responsabilice de él. Al autoevaluarse debe ser crítico consigo mismo, con su actitud, esfuerzo, logros y posibles fracasos, es una forma de autoconocimiento y de sus capacidades.

Hetero-evaluación: es la evaluación que hace el docente sobre los saberes, trabajo, esfuerzo y actitud del estudiante

SEGUIMIENTO: 70%			EVALUACIÓN DE PERÍODO	ACTITUDINAL: 10%	
CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	PROPOSITIVO	20 %	AUTO-EVALUACIÓN: 5%	HETERO-EVALUACIÓN: 5%

En cuanto a los estudiantes que presentan capacidades diversas, los criterios estarán determinados por los lineamientos establecidos en el decreto 1421 de 2017. Es de aclarar que a los estudiantes con discapacidad se les realiza flexibilización curricular, si persiste el no alcanzar los desempeños propuestos en las áreas se les elaborará y aplicará los PIAR (Planes Individuales de Ajustes Razonables) diseñado a partir de los desempeños básicos del grado y las respectivas flexibilizaciones curriculares.

La evaluación de estudiantes con discapacidad debe ser flexible y equitativa, por tanto se sugiere tener en cuenta los siguientes lineamientos:

-Evaluación en condiciones de igualdad: Los estudiantes con discapacidad se les debe evaluar el desempeño en todas las áreas, con el fin de definir la adquisición de competencias, habilidades y conocimiento teniendo en cuenta los ajustes razonables y apoyos pedagógicos dependiendo de sus particularidades. Evaluar los estudiantes en condiciones de igualdad no significa evaluarlos de la misma manera, se trata de brindarles los ajustes y apoyos razonables contemplados en los derechos a la educación inclusiva.

Elaboración de PIAR: Los estudiantes con discapacidad deben contar con un PIAR y aplicarse durante el año escolar, el cual determina objetivos y metas que deben alcanzar los estudiantes, además de los avances logrados en su proceso enseñanza - aprendizaje. Estos apoyos deben ser reales y efectivos, sujetos a revisión permanente, en tal caso de no cumplir los objetivos, avances y metas se puedan replantear.

Los criterios de evaluación deben ser establecidos con anterioridad por dicho comité; la decisión de promover o reprobar una estudiante con discapacidad se debe tomar después de tener en cuenta el PIAR, los resultados de notas periodo a periodo y la efectividad de los apoyos.

Los estudiantes que tienen TDAH (Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad) no son consideradas con discapacidad, por tanto, no se le aplicarán los anteriores criterios.

11. ESTRATEGIAS DE APOYO PARA SUPERAR EL DESEMPEÑO

GRADO PRIMERO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Identificar hábitos que me permitan desarrollar habilidades sociales	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
PROCEDIMENTAL Ubicar mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
Periodo 2	
CONCEPTUAL. Comparar e identificar las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en la clase.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
PROCEDIMENTAL. Proponer gestos dancísticos y prácticas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

GRADO SEGUNDO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Identificar los ejercicios para realizar el calentamiento identificar los hábitos saludables durante la clase y para la vida	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
PROCEDIMENTAL Atender las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad física, hidratándome, alimentándome y en condiciones de higiene adecuada para la actividad	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
Periodo 2	
CONCEPTUAL.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

Reconocerlos hábitos de vida saludable en la actividad física y en el juego.	
PROCEDIMENTAL. Participar en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

GRADO TERCERO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Reflejar en las prácticas deportivas respeto por la diferencia hacia mí mismo y hacia mis compañeros, con buena actitud y motivación	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
PROCEDIMENTAL Aplicar las recomendaciones sobre higiene corporal	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
Periodo 2	
CONCEPTUAL Identificar las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo. Conocer los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos y actividad física y en las partes del cuerpo que logra identificarlos. PROCEDIMENTAL. Utilizar habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

Realizar formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.

--

GRADO CUARTO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL. Elaborar carteles sobre cultura física y salud para la práctica deportiva.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
PROCEDIMENTAL. Identificar movimiento y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
Periodo 2	
CONCEPTUAL. Controlar formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas. Identificar movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconocer a mis compañeros como constructores del juego. Relacionar variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. Identificar hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables
PROCEDIMENTAL Realizar secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal Reconocer movimientos que se ajusten al ritmo musical.	Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

GRADO QUINTO**Periodo 1****CONCEPTUAL**

Identificar posturas corporales propias de las técnicas de movimiento

Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

PROCEDIMENTAL

Aplicar reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas, individuales y de grupo

Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

Periodo 2**CONCEPTUAL.**

Relacionar variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.

Desarrollar habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.

Manifestar la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes.

Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

Comparar y ejecutar expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.

Realice actividades propuestos por el docente sobre cómo influye la actividad en el ser humano para obtener hábitos de vida saludables

GRADO SEXTO

Periodo 1	
CONCEPTUAL Comprender los conceptos de las capacidades físicas	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Participar en actividades propias de las capacidades físicas y técnicas de los movimientos	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
Periodo 2	
CONCEPTUAL Consultar y argumentar temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Participar en ejercicios rítmicos, gimnásticos y bailes folclóricos	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
GRADO SEPTIMO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Identificar fortalezas y debilidades en la actividad física para lograr metas y conservar la salud	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Seleccionar moviidades de los deportes para la realización de esquemas de movimiento	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
Periodo 2	
CONCEPTUAL Consultar y argumentar temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices o corporales	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Ejecutar adecuadamente ejercicios gimnásticos y juegos que requieren control, exploración corporal y coordinación	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
GRADO OCTAVO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Comprender los conceptos y fundamentos básicos y aplicarlas en el juego	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación

PROCEDIMENTAL Combinar los diferentes movimientos propios del deporte individualmente y en equipo	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
Periodo 2	
CONCEPTUAL Identificar y comprender diferentes cambios psicologicos y fisiológicos que produce la actividad física	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Seleccionar y ejecutar pruebas y movimientos para la realización de esquemas de movimientos	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
GRADO NOVENO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Identificar sus condiciones físicas a partir de la realización de pruebas específicas	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Participar en las actividades físicas y deportivas propuestas	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
Periodo 2	
CONCEPTUAL Comprender la importancia de enriquecer las practicas motrices como parte de los hábitos de vida saludable	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Participar en diferentes practicas motrices y actividades de buen uso del tiempo libre	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
GRADO DECIMO	
Periodo 1	
CONCEPTUAL Identificar formas de promoción de la salud postura e higiene corporal	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Participar en la planificación de actividades motrices básicas individuales y con sus compañeros	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos
Periodo 2	

CONCEPTUAL Identificar los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre	Los estudiantes deben entregar un taller escrito sobre los temas vistos durante el periodo y realizan sustentación por medio de una evaluación
PROCEDIMENTAL Elaborar y aplicar mi plan de actividad física teniendo en cuenta principios básicos de entrenamiento	Los estudiantes deben presentar una rutina física de 20 minutos relacionada con los temas vistos

PRIMER PERIODO	
INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS
Realizar ejercicio físico que mejora su condición física, coordinación, equilibrio, trabajo en equipo, la importancia de la danza, conocimiento de su cuerpo y los beneficios del ejercicio en este.	<ul style="list-style-type: none"> • El estudiante deberá entregar todos los trabajos pendientes del periodo. • Realizar el taller asignado por el docente sobre preparación física, coordinación, equilibrio, danza, sistema cardiovascular, pulmonar, muscular y oseo y deberá entregarlo solucionado y sustentarlo en las fechas indicadas. • Presentar la evaluación teórica y prácticas físicas, de danza, preparación física relacionadas con las consultas.
SEGUNDO PERIODO	
INDICADORES DE DESEMPEÑO	ESTRATEGIAS
Realizar acondicionamiento físico que ayuda a mantener su condición física, el trabajo en equipo, la importancia de la recreación y el buen uso del tiempo libre, conocimiento de su cuerpo y los beneficios del ejercicio en este.	<ul style="list-style-type: none"> • El estudiante deberá entregar todos los trabajos pendientes del periodo. • Realizar el taller asignado por el docente sobre acondicionamiento físico, la recreación, el tiempo libre, el ocio, el sistema nervioso y endocrino y deberá entregarlo solucionado y sustentarlo en las fechas indicadas. • Presentar la evaluación escrita y prácticas de recreación, acondicionamiento físico relacionadas con los talleres

12. BIBLIOGRAFIA

- MONTÁVEZ, M. y ZEA, M.J. (1998). *Expresión corporal. Propuestas para la acción*. Recrea y Educa.
- MOTOS, T. y ARANDA, L. (1998). *Práctica de la expresión corporal*. Naque. Ciudad Real.
- POSADA, F. (2000). *Ideas prácticas para la enseñanza de Educación Física*. Agonós. Lérida.
- SÁNCHEZ, F. (1992). *Didáctica de la Educación Física y el deporte*. Gymnos. Madrid.
- TORRES, J. (1999). *La actividad física para el ocio y el tiempo libre*. Proyecto Sur. Granada.
- USERO MARTÍN, F, Y RUBIO PLÁ, A. (1996): *Rugby*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- VICIANA, J. (2001). *Planificar en Educación física*. Reprografía Digital de Granada