



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

PLAN DE ÁREA DE EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

AÑO: 2026

Contenido



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

PRESENTACIÓN: (INTRODUCCIÓN)	4
1. IDENTIFICACIÓN INSTITUCIONAL	4
1.1 NOMBRE DE LA I.E	4
1.2 DOCENTES RESPONSABLES	4
2. DIAGNÓSTICO DEL ÁREA	4
3. JUSTIFICACIÓN DEL ÁREA O ASIGNATURA	4
4. OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE	8
4.1 Objetivos generales de la educación a los que le aporta el área o asignatura según la Ley 115 de 1994	8
4.2 Objetivos específicos del área por niveles y ciclos	9
5. MARCO LEGAL	9
6. MARCO CONCEPTUAL	10
6.2. Fundamentos pedagógicos–didácticos	14
7. MALLAS CURRICULARES: EDUCACIÓN FÍSICA	16
7.1 Primer grado	16
7.2. Grado segundo	20
7.3. Grado tercero	22
7.4. Grado cuarto	25
7.5 Grado quinto	28
7.6. Grado sexto	31
7.7. Grado séptimo	36
7.8. Grado octavo	40
7.9. Grado noveno	44
7.10. Grado décimo	48
7.11. Grado undécimo	52
8. JORNADA NOCTURNA (CLEIS)	55
8.1 CLEI 1 Y 2	55
8.2 CLEI 3	58
8.3 CLEI 4	61
8.4 CLEI 5 y 6	64
9. ATENCIÓN DE ESTUDIANTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES	70
10. METODOLOGÍA	71
11. ESTRATEGIAS	72
12. EVALUACIÓN	72
13. RECURSOS	72



PRESENTACIÓN: (INTRODUCCIÓN)	
1. IDENTIFICACIÓN INSTITUCIONAL.	
1.1 NOMBRE DE LA I.E:	María Montessori
1.2 NÚCLEO	920
1.3 DIRECCIÓN:	Carrera 69A #92C – 87 Sede principal. Carrera 67 #93-75 Escuela La Unión.
1.4 MUNICIPIO Y BARRIO:	Medellín – Castilla.
1.5 CORREO ELECTRÓNICO:	ie.mariamontessori@medellin.gov.co secretaria.iemariamontessori@gmail.com
2. IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA Y DOCENTES	
2.1. NOMBRE DEL ÁREA:	Educación Física Recreación y Deportes.
2.2 INTENSIDAD HORARIA:	2 HORAS Semanales.
2.3 DOCENTES:	Teresa Valoyes Palacios: Grado 1°. Liliana Acosta, Lucila García: Grado 2° Augusto Medina: Grado 3°- 4° Vilma Estupiñán: Grado 5° Juan Carlos Vera Lopera: Grados 6°- 7° y 8°. Arley Gaviria Zapata: 9°- 10°- 11°

2. DIAGNÓSTICO DEL ÁREA o Asignatura: (Matriz DOFA por ciclos, resultados pruebas externas, resultados de aprobación por año, etc.)

En el colegio los alumnos disfrutaban bastante la educación física como un área de mucha importancia para la formación de cada uno de ellos. La actitud y participación de los alumnos en las diferentes actividades del área fue muy buena en el año inmediatamente anterior se encontraron dificultades sobre todo por falta de implementos adecuados para los grupos que son muy numerosos. El espacio que tiene el colegio para las actividades de educación física es un poco estrecho, por lo



que algunos profesores recurren a espacios exteriores que tiene el barrio.

3. JUSTIFICACIÓN DEL ÁREA O ASIGNATURA (Cuál es la razón de ser del área o asignatura, ¿por qué es importante?)

La educación física dentro del campo educativo hoy a la luz de la ley 115, se convierte en parte fundamental en el proceso de aprendizaje del alumno. De aquí que el plan de área para el colegio continúa un proceso donde el alumno es el artífice de la asignatura, será él mismo quien solucione problemas de movimientos basados en experiencias pasadas, teniendo en cuenta las presentes, para nuevas manifestaciones motoras, no dejando de lado las experiencias de sus compañeros de grupo.

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

Su actual andamiaje es producto de procesos sociales, educativos, políticos y económicos que transforman constantemente y de manera sistemática su cuerpo teórico, y que asumen prácticas diferenciadas en periodos determinados de la historia. Revisar de manera sucinta este trayecto es necesario para comprender la configuración conceptual y epistemológica del área. Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación. Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).

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



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

Se llegó a plantear la necesidad de restaurar en primer término la condición fisiológica de la población escolar, entendida como la atención al régimen alimenticio, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como premisa para mejorar las condiciones y los ambientes para la adquisición de los conocimientos en los escolares. El discurso presente en la década del veinte en los análisis sobre la población, plagado de determinismo geográfico y racial, empezó a ser desplazada y aunque persisten algunos de sus defensores, se abren paso nuevas explicaciones sobre los problemas sociales y educativos. Por lo tanto, se emprenden estudios y se elaboran análisis que pretendían tener sustento científico en disciplinas como la psicología experimental, la medicina, la sociología y la antropometría.

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

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

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

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



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

En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:

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

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

En Antioquia, en el año 1975, se da inicio al Programa Centros de Educación Física direccionando aportes en la estructuración y el acompañamiento en los planes de área, pero además un acompañamiento en las prácticas pedagógicas mediante el desarrollo de procesos de formación permanente para el profesorado. En ese sentido, en la básica primaria se asesora y acompaña para la construcción de dichos planes, de acuerdo a las particularidades institucionales; también, se desarrollan eventos de carácter deportivo y recreativo, con el objetivo de potenciar y motivar, a través del juego, la formación corporal de los estudiantes.

Con la expedición de la Constitución Nacional en 1991, se reconoce la educación física como práctica social que favorece la formación de los ciudadanos y como práctica educativa que permite la formación integral; mientras que, con la expedición de la Ley General de Educación en el año 1994, la educación física adquiere su carácter de obligatoria y fundamental para alcanzar los objetivos de la educación. Se reconocen otras prácticas culturales como posibilidad de implementación en el plan de estudios; además de aporte en las transformaciones sociales desde el reconocimiento del cuerpo y de los otros, ligados a procesos que posibiliten, básicamente, el desarrollo del país.

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

En Medellín, con el objetivo de implementarla, a través del Acuerdo Municipal 019 de 2005, se establecen criterios básicos para el desarrollo y el fortalecimiento del



área, relacionada con la necesidad de iniciar el proceso formativo desde la básica primaria, articulando todos los aspectos y criterios fundamentales y propios de cada grado y nivel, además de la etapa de madurez motora y cognitiva del estudiante.

Es necesario tener claridad que las actividades de Tiempo Libre y Jornada Complementaria ofertadas a los estudiantes obedecen a la continuación y el fortalecimiento de aquellas prácticas que el docente implementa en el área, con la finalidad de afianzar de manera intencionada aquellos asuntos relacionados con la formación de los niños y jóvenes, tales como: expresiones y técnicas motrices, valores, convivencia, estilos de vida saludables y generación de una cultura del cuidado propio, del otro y del entorno, propiciando una calidad de vida y ambientes sanos para la ciudad.

Teniendo en cuenta lo anterior, además de lo establecido dentro de la normatividad vigente, desde la Ley General de Educación, en donde se establece la autonomía escolar, para definir la intensidad horaria del área es significativo que se reconozcan las garantías de ejecutar una educación física planificada sistemáticamente, teniendo en cuenta la continuidad, el seguimiento, la participación y el compromiso institucional, reconociendo los productos obtenidos a través de la lúdica del cuerpo en interacción con el saber y las competencias específicas de otras áreas, además del saber y las competencias como ciudadano.

Desde el año 2005 se inicia la estructuración y dinamización de las Mesas de Educación Física en el municipio de Medellín, como una estrategia pedagógica y metodológica donde participan entidades e instituciones educativas de las zonas urbanas y rurales que de una u otra forma intervienen en el desarrollo pedagógico de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, a través de actividades curriculares y complementarias, aplicando criterios técnicos, científicos, tecnológicos y lúdicos, contribuyendo al desarrollo y formación integral de los estudiantes. Esta estrategia abierta a la participación de docentes de primaria y licenciados en el área de bachillerato fue generando líneas de acción contextualizadas a los entornos y características poblacionales, sin perder de vista el enfoque integral, formativo y sistemático.

Las dinámicas de las Mesas de trabajo, que conforman la estructura del Laboratorio de la Enseñanza de la Educación Física y el Olimpismo, son espacios de formación permanente en donde la experiencia, los saberes y las preguntas son el punto de partida para construir teorías y conceptos establecidos por expertos, que son aterrizados por los docentes de las Mesas, a las realidades y condiciones de nuestras instituciones educativas y sus estudiantes. Por lo tanto, la educación física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar.



4. OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE.

4.1 Objetivos generales de la educación a los que le aporta el área o asignatura según la Ley 115 de 1994 (Colocar artículos)

De acuerdo al artículo 5 de la Ley 115, los fines de la educación son:

- La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como el ejercicio de la tolerancia y la libertad.
- La formación para la promoción y la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización del tiempo libre, y la promoción de 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.

4.2 Objetivos específicos del área por niveles y ciclos.

- 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
- Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.
- Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.
- Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social

5. MARCO LEGAL.

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

Dicha Ley igualmente proyecta la educación física hacia segmentos poblacionales específicos como la Educación para personas con limitaciones (Art. 46), las instituciones dedicadas a la educación especial (Art. 47), la Educación para adultos



(Art. 50) y sus objetivos específicos (Art. 51, literal d.), la educación para grupos étnicos (Art. 55) y la educación campesina y rural (Art. 64). Adicionalmente, la Ley General de Educación en su Artículo 141 determina los requisitos de infraestructura para la práctica escolar.

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

En referencia al PLAN DECENAL DE EDUCACIÓN en sus objetivos y metas se destacan los Numerales 3, 4, 7, 8 y 9 que hacen referencia al papel del conocimiento científico, la identidad nacional en su diversidad étnica y la promoción extraescolar de la ciudad educadora con calidad. Marco normativo del sistema nacional del deporte, la educación física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

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

Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (Art. 46); los objetivos del sistema (Arts. 47 y 48); la elaboración del Plan Nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones (Arts. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).

6. MARCO CONCEPTUAL. (Teorización del área o asignatura) Fundamentos lógico-disciplinares del área

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



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

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

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

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

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

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

El discurso presente en la década del veinte en los análisis sobre la población,



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

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

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

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

1. Contribuir al desarrollo equilibrado del individuo y de la sociedad sobre la base del respeto por la vida y por los derechos humanos.
2. Estimular la formación de actitudes y hábitos que favorezcan la conservación de la salud física y mental de la persona y el uso racional del tiempo.

En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:

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



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

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

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

Con la expedición de la Constitución Nacional en 1991, se reconoce la educación física como práctica social que favorece la formación de los ciudadanos y como práctica educativa que permite la formación integral; mientras que, con la expedición de la Ley General de Educación en el año 1994, la educación física adquiere su carácter de obligatoria y fundamental para alcanzar los objetivos de la educación. Igualmente se reconocen otras prácticas culturales como posibilidad de implementación en el plan de estudios; además de aporte en las transformaciones sociales desde el reconocimiento del cuerpo y de los otros, ligados a procesos que posibiliten, básicamente, el desarrollo del país.

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

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

Es necesario tener claridad que las actividades de Tiempo Libre y Jornada Complementaria ofertadas a los estudiantes obedecen a la continuación y el fortalecimiento de aquellas prácticas que el docente implementa en el área, con la finalidad de afianzar de manera intencionada aquellos asuntos relacionados con la formación de los niños y jóvenes, tales como: expresiones y técnicas motrices, valores, convivencia, estilos de vida saludables y generación de una cultura del cuidado propio, del otro y del entorno, propiciando una calidad de vida y ambientes sanos para la ciudad.

Teniendo en cuenta lo anterior, además de lo establecido dentro de la normatividad



vigente, desde la Ley General de Educación, en donde se establece la autonomía escolar, para definir la intensidad horaria del área es significativo que se reconozcan las garantías de ejecutar una educación física planificada sistemáticamente, teniendo en cuenta la continuidad, el seguimiento, la participación y el compromiso institucional, reconociendo los productos obtenidos a través de la lúdica del cuerpo en interacción con el saber y las competencias específicas de otras áreas, además del saber y las competencias como ciudadano.

Desde el año 2005 se inicia la estructuración y dinamización de las Mesas de Educación Física en el municipio de Medellín, como una estrategia pedagógica y metodológica donde participan entidades e instituciones educativas de las zonas urbanas y rurales que de una u otra forma intervienen en el desarrollo pedagógico de la Educación Física, la Recreación y el Deporte, a través de actividades curriculares y complementarias, aplicando criterios técnicos, científicos, tecnológicos y lúdicos, contribuyendo al desarrollo y formación integral de los estudiantes.

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

Las dinámicas de las Mesas de trabajo, que conforman la estructura del Laboratorio de la Enseñanza de la Educación Física y el Olimpismo, son espacios de formación permanente en donde la experiencia, los saberes y las preguntas son el punto de partida para construir teorías y conceptos establecidos por expertos, que son aterrizados por los docentes de las Mesas, a las realidades y condiciones de nuestras instituciones educativas y sus estudiantes. Por lo tanto, la educación física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar.

6.2. Fundamentos pedagógicos–didácticos.

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

Desde los aportes de Jean Piaget hasta otros teóricos contemporáneos se ha reconocido la importancia de una formación que incluya la corporalidad como



ámbito fundamental para el adecuado desarrollo de los sujetos. Diferentes construcciones pedagógicas y educativas coinciden en su aporte para la formación integral de los sujetos implicados en el proceso educativo.

La intervención pedagógica del cuerpo debe trascender la mirada técnica e instrumentalista a la que ha sido sometido, transgredir los límites del paradigma biológico y somatognóstico en el que se ha encasillado (Moreno, 2007) para adquirir importancia en cuanto permite la formación del ser humano en términos de desarrollo humano. La escuela es, entonces, un lugar privilegiado para que niños, niñas y jóvenes se reconozcan

como sujetos por medio de la motricidad que posibiliten la transformación del contexto social y que promuevan aspectos propios de la existencia como “la identidad, la interacción, la inclusión, la interculturalidad, el respeto, la resistencia, el control, la vinculación, la transformación, la diferenciación, la autonomía, la visibilizarían, la democracia, el arraigo y la potencializarían del sujeto” (Arboleda, 2010, p. 20).

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

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

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



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

La educación física adquiere particularidades que la diferencian de otras disciplinas del saber y que a su vez establecen modos particulares en su configuración teórico-práctica.

El cuerpo y la motricidad, en su sentido más amplio, determinan un abordaje diferente desde los procesos de enseñanza aprendizaje y en correspondencia al sujeto que se pretende formar. Si las teorías educativas dan cuenta de la complejidad del ser humano, en razón del reconocimiento de su singularidad biológica y cultural, entonces la pedagogía deberá hacer su reflexión desde esa misma complejidad manifiesta.

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

De igual manera, debe propiciarse un conocimiento pertinente en atención a: el contexto, lo global, lo multidimensional y lo complejo, con el fin de abordar problemáticas generales pero que respondan a lo local. Conocimiento que permita conocer el mundo y sus dinámicas a través de experiencias particulares y contextualizadas. La educación física, además, debe reconocer la condición



humana de los sujetos, aspecto que parte desde la realización de unos interrogantes ontológicos; ¿Quiénes somos?, ¿Dónde estamos? ¿De dónde venimos? ¿A dónde vamos? (Morín, 1999). Existe entonces un reconocimiento corporal que supera lo biológico para aprehender y reconocer la condición humana y el reconocimiento, a su vez, de otras culturas, de otras formas de estar en el mundo. El cuerpo confina diferentes esferas que permiten la comunicación y la expresión, en él se inscriben las manifestaciones de la cultura, pero además determina y está inmerso en la modificación del contexto social (Bustamante, Arteaga, González, Chaverra y Gaviria, 2012).

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

7. MALLAS CURRICULARES: EDUCACIÓN FÍSICA.

7.1 Primer grado

Área: Educación Física, Recreación y Deporte Grado: Primero
Docentes: Teresa Valoyes Palacios
Intensidad semanal: 1 hora
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.
Competencias del área
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencias del siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.
Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud
<ul style="list-style-type: none">• Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan



<p>sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo. • Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita. 			
Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
	Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario. Exploro formas básicas de movimiento en conexión con pequeños elementos y sin ellos.	Manifiesto expresiones corporales y gestuales para comunicar mis emociones (tristeza, alegría e ira, entre otras) en situaciones de juego y otras opciones de actividad física	Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y Después de la actividad física.
	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
EJES TEMÁTICOS	- Ejercicios de Motricidad fina. - Ejercicios de motricidad gruesa. Educación rítmica: Pulso, acento, ritmo	- Ejecución de las actividades propuestas de pre-danza a partir de rondas y canciones. - Mediante rondas infantiles hace entonación y ejecución movimientos corporales de motricidad fina y gruesa, así como en juegos grupales.	- Cooperación y disfrute con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
- Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.	- Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y actividad física.	- Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad Física.	

Periodo 2



Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Qué expreso con mi cuerpo?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
	Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales	Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea	Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros de aula
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Ejercicios de manejo espacio temporal, propiocepción. - Identificación del propio cuerpo.	- Realiza Juegos y rondas para reconocimiento del espacio. - Reconocimiento del propio cuerpo.	- Participa de actividades grupales que le ayudan a identificarse en el espacio y tiempo. - Identifica y reconoce las partes de su propio cuerpo y su desempeño en el espacio y tiempo.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase	Ejecuta las actividades propuestas pre-dancísticas a partir de rondas y canciones.	Coopera y disfruta con sus compañeros en las Diferentes actividades propuestas en clase.	

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	- Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. - Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas	- Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales.	- Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros de aula
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Identifico formas de	- Realiza formas	- Participa



	movimiento básico como rodar, rolar, trepar, entre otras. -. Identifica movimientos de gimnasia básica.	básicas de movimiento como rodar, rolar, trepar, entre otras. -. Ejecuta movimientos de gimnasia básica.	activamente de ejercicios gimnásticos de base con sus compañeros.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo	

7.2. Grado segundo.

Área: Educación Física, Recreación y Deporte		Grado: 2°	
Docentes: LILIANA ACOSTA - LUCILA GARCIA Intensidad semanales: 1 horas semanales			
Objetivos			
<ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos. • Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal. • Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física 			
Competencias del área			
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencias del siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.			
Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud			
<ul style="list-style-type: none"> • Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante. • Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo. • Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita. 			
Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

actividad física?			axiológica corporal
	- Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diversos ritmos musicales. - Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo	- Vivencio y comprendo los sentimientos que genera las prácticas de danza y ritmo propuesto y espontáneo	- Atiendo y cumpla las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Ejercicios de Motricidad fina. - Ejercicios de motricidad gruesa. Educación rítmica: Pulso, acento, ritmo	- Ejecución de las actividades propuestas de pre-danza a partir de rondas y canciones. - Mediante rondas infantiles hace entonación y ejecución movimientos corporales de motricidad fina y gruesa, así como en juegos grupales.	- Cooperación y disfrute con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
- Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.	- Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos.	- Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas	

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
¿Qué expreso con mi cuerpo cuando juego?	- Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad de clase y la recuperación al finalizar la actividad física. - Participo en los juegos individuales y	- Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y el de los demás.	- Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros



	colectivos propuestos en la clase.		
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Ejercicios de manejo espacio temporal, propiocepción. - Identificación del propio cuerpo.	- Realiza Juegos y rondas para reconocimiento del espacio. - Reconocimiento del propio cuerpo.	- Participa de actividades grupales que le ayudan a identificarse en el espacio y tiempo. - Identifica y reconoce las partes de su propio cuerpo y su desempeño en el espacio y tiempo.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física	Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo	Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros	

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?	- Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales. - Participo en juegos de acuerdo con mis preferencias y posibilidades del contexto escolar.	- Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales. - Respeto el cuerpo y los espacios físicos de mis compañeros.	- Atiendo las indicaciones del profesor y ejecuto las actividades de acuerdo a ellas.
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Identifico formas de movimiento básico como rodar, rolar, trepar, entre otras. - Identifica movimientos de gimnasia básica.	- Realiza formas básicas de movimiento como rodar, rolar, trepar, entre otras. - Ejecuta movimientos de gimnasia básica.	- Participa activamente de ejercicios gimnásticos de base con sus compañeros.



Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<ul style="list-style-type: none"> Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física. 	<ul style="list-style-type: none"> Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales. 	<ul style="list-style-type: none"> Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades. Identificó variaciones en mi respiración y sistema cardiaco en diferentes actividades físicas.

7.3. Grado tercero.

Área: Educación Física, Recreación y Deporte Grado: Primero			
Docentes: GLADYS HURTADO			
Intensidad: 1 hora semanal			
Objetivos			
<ul style="list-style-type: none"> Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física 			
Competencias del área			
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencia del siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.			
Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud			
-Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante. - Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo. - Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita.			
Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
	- Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas.	- Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.	- Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.



	- Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.		
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Identifica conceptos de respiración, pulso, frecuencia cardíaca que se manifiestan en el correr, saltar, caminar. -	- Ejecuta diferentes actividades y movimientos que le permiten reconocer su frecuencia cardíaca (pulso). - Realiza diferentes movimientos corporales que le permiten identificar su pulso, respiración, sudoración, entre otros.	- Participa de juegos, dinámicas y actividades individuales que le permiten reconocer sus signos vitales.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.	Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros	

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿En qué contribuye el movimiento y la actividad física de mi cuerpo a la calidad de vida?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
	- Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición, higiene y convivencia para el adecuado desarrollo de la actividad física. - Exploro los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física– pausa - actividad física.	- Exploro y coordino las posibilidades de mis movimientos con diferentes Situaciones de la clase. - Expresé entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.	- Manifiesto interés por la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Reconoce conceptos de hidratación, nutrición, higiene y convivencia	- Por medio de rondas, juegos, ejercicios básicos de	- . - Expresé entusiasmo en las actividades prácticas propuestas en



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	para el adecuado desarrollo de la actividad física. -. Identifica sus cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física– pausa - actividad física.	gimnasia (Rollo adelante, rolo atrás), saltos, carreras, entre otras; identifica y explora sus posibilidades de movimiento.	la clase.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia	Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.	

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	-. Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento. -. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas. -. Comparto mis cambios y mejoras de los gestos motrices y fisiológicos con mis compañeros de clase.	-. Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo. -. Hago seguimiento a los cambios corporales y fisiológicos de mi cuerpo.	-. Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me esfuerzo en la actividad física.
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	-. Idéntica sus posiciones básicas y cuales puede ejecutar, sentado, de pie, acostado (ventral, dorsal, latera) posiciones invertidas.	-. Vivencia y realiza gestos corporales, faciales, y con su cuerpo que le permite transmitir y comunicarse con los demás.	-. Comparte con sus compañeros diferentes formas de expresión no verbal utilizando su cuerpo.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica las habilidades motrices básicas a partir de	Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades



diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.	las diferentes situaciones de juego y de la vida.	motrices básicas propias y las de sus compañeros.
---	---	---

7.4. Grado cuarto

Área: Educación Física, Recreación y Deporte		Grado:	
Docentes: GLADYS HURTADO		Intensidad semanal: 1 Hora	
Objetivos			
<ul style="list-style-type: none"> ● Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. ● Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. ● Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal 			
Competencias del área			
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencias para el siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.			
Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
	<ul style="list-style-type: none"> - Control de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos. - Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas. - Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. - Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.



	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
EJES TEMÁTICOS	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica sus diferentes segmentos o partes corporales. - Identifica formas de movimiento dadas en la gimnasia básica sin elementos. - Reconoce algunas pruebas físicas que le evalúan su condición o estado físico. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza diferentes actividades como rondas, juegos que enseñan y refuerzan su capacidad de comunicación verbal y no verbal. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecuta algunas pruebas físicas que le ayudan a conocer su condición física.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas 	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> - Valoro la importancia de la actividad física para la salud.

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal
¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?	<ul style="list-style-type: none"> - Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. - Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas. - Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. - Acepto y pongo en práctica las reglas de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconozco y ejecuto danzas y lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal. 	<ul style="list-style-type: none"> - Decido mi tiempo de juego y actividad física.
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES



	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica los nombres de los diferentes movimientos corporales como flexión, extensión, rotación entre otros. - Reconoce las diferentes posiciones básicas corporales. - Identifica formas de movimiento dadas en la gimnasia básica sin elementos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza ejercicios de flexión, extensión, rotación, circunducción, entre otros, que le ayudan en sus patrones básicos de movimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza con alegría actividades motrices de base.
--	--	--	---

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.	Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros.	Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?	<ul style="list-style-type: none"> - Controla formas y duración de Movimientos en rutinas rítmicas sencillas. - Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo. - Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. - Reconozco a mis compañeros como constructores del juego. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical. 	<ul style="list-style-type: none"> - Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica conceptos de coreografía y pequeños montajes rítmicos individuales y 	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza pequeñas coreografías individuales y grupales, según ritmos propios y 	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza con agrado Realiza pequeñas coreografías individuales y grupales, según ritmos



	grupales. -. Identifica conceptos básicos de calentamiento físico. -. Reconoce la importancia del trabajo en equipo.	datos.	propios y dados.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
-. Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales	-. Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo.	-. Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.	

7.5 Grado quinto.

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	
Docentes: GLADYS HURTADO	Intensidad semanal: 1 hora
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 	
Competencias del área:	
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal Competencias del siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.	
Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud	
<ul style="list-style-type: none"> • Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante. • Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo. • Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita. 	



Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	- Ajusto los movimientos de mi Cuerpo en la manipulación de objetos. - Cuido mi postura en la realización	- Identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.	- Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	- Identifica sus diferentes segmentos o partes corporales. - Identifica formas de movimiento dadas en la gimnasia básica sin elementos. - Reconoce algunas pruebas físicas que le evalúan su condición o estado físico.	- Realiza diferentes actividades como rondas, juegos que enseñan y refuerzan su capacidad de comunicación verbal y no verbal.	- Ejecuta algunas pruebas físicas que le ayudan a conocer su condición física.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.	Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.	Demuestra interés por hacer un uso adecuado Y creativo del tiempo libre.	

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	- Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo.	- Reconozco e implemento movimientos y decisiones de juego y actividad física.	- Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales.



	Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. -. Reconozco a mis compañeros Como con-constructores del juego.		
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	-. Identifica los nombres de los diferentes movimientos corporales como flexión, extensión, rotación entre otros. -. Reconoce las diferentes posiciones básicas corporales. -. Identifica formas de movimiento dadas en la gimnasia básica sin elementos.	-. Realiza ejercicios de flexión, extensión, rotación, circunducción, entre otros, que le ayudan en sus patrones básicos de movimiento.	-. Realiza con alegría actividades motrices de base.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?	-. Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. -. Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas	-. Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.	-. Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de Mis compañeros y el ambiente.



	individuales y de grupo. -. Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella. -. Propongo momentos de juego en el espacio escolar.		
EJES TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
	-. Identifica conceptos de coreografía y pequeños montajes rítmicos individuales y grupales. -. Identifica conceptos básicos de calentamiento físico. -. Reconoce la importancia del trabajo en equipo.	-. Realiza pequeñas coreografías individuales y grupales, según ritmos propios y dados.	-. Realiza con agrado Realiza pequeñas coreografías individuales y grupales, según ritmos propios y dados.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.	Desarrolla habilidades de comunicación corporal Y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.	Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.

7.6. Grado sexto

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	
Docente: Juan Carlos Vera Lopera	Intensidad Semanal: 2 Horas
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos. • Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones. • Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social. 	
Competencias del área:	
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.	



Competencias del siglo 21
 Competencia social y ciudadana.
 Competencia cultural y artística.
 Competencia para aprender a aprender.
 Autonomía e iniciativa personal.

Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud

- Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante.
- Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo.
- Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita.

Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos. Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas. Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas. Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones. Demuestro como las situaciones de juego me ayudan a respetar las condiciones y mejoro las relaciones con mis compañeros.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.
¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?			

Indicadores de desempeño



Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.	Conoce los resultados de las pruebas físicas y de convivencia y se apropia de ellas para desarrollar acciones que aporten a su calidad de vida.	Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludable.

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar mis posibilidades de movimiento?	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecuto espontáneamente mis movimientos corporales y gestuales en las condiciones espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización. - Reconozco mis posibilidades y condiciones propias y externas para la exploración de las variedades gimnásticas y expresiones motrices. - Comprendo y reconozco los conceptos de mis capacidades físicas, que me permiten elegir y participar en actividades y juegos que las ponen en práctica. 	<ul style="list-style-type: none"> - Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
- Describe coherentemente algunas acciones	- Ejecuta y explora acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus	- Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar



gimnásticas básicas.	Capacidades físicas.	con los demás.
----------------------	----------------------	----------------

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas. Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos. Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo.	Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música. Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones al grupo.	Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo.	Combina creativamente movimientos desde Diferentes ritmos musicales.	Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.

7.7. Grado séptimo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	
Docentes: Juan Carlos Vera Lopera	Intensidad semanal: 2 Horas
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones del grupo y sana convivencia. • Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de éstas para el desarrollo de su ser corporal y social. 	



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

Competencias del área:

Competencia motriz.
 Competencia expresiva corporal.
 Competencia axiológica corporal.
 Competencias del siglo 21
Competencia social y ciudadana.
Competencia cultural y artística.
Competencia para aprender a aprender.
 Autonomía e iniciativa personal.

Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud

- Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante.
- Dichos estudiantes
- para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo.
- Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita.

Periodo 1

Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?	Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos. Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de las modalidades gimnásticas. Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices. Comprendo la	Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute.	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo en la práctica de la actividad física y el juego; como una manera de fortalecer mi autoestima, disciplina y así incorporar estilos de vida saludable.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de mi personalidad. Participo en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices.		
--	---	--	--

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

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales?	<ul style="list-style-type: none"> - Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas. - Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos. - Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música. - Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones. 	<ul style="list-style-type: none"> - Identifiqué mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
- Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo.	- Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales.	- Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo musical.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
<p>¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?</p>	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	<p>Realizo actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas.</p> <p>Ejecuto actividades teniendo en cuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardiorrespiratorio.</p> <p>Relaciono como la práctica de la actividad física mejora las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos.</p> <p>Practico actividades físicas alternativas Y contemporáneas.</p> <p>Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</p> <p>Respeto los espacios empleados por mis compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Practico actividades y comparto con mis compañeros, adaptando</p> <p>Los espacios que la institución me ofrece.</p>	<p>Participo en las propuestas de juego y actividad física dentro de la clase.</p> <p>Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos.</p> <p>Soy consciente de los resultados de mi atención y concentración durante otras clases en el aula.</p> <p>Relaciono mis emociones en concordancia con las situaciones de juego y los espacios dispuestos para su práctica.</p> <p>Tengo en cuenta las disposiciones espaciales y las comparto con facilidad y gusto.</p>	<p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.</p> <p>Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.</p>

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Reconoce los cambios y	Ejecuta actividades	Valora la práctica de la actividad



desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. Entiende las funciones de los sistemas cardiaco, respiratorio, esquelético y muscular.	físicas identificando los cambios y beneficios para su salud. Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.	física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.
--	---	---

7.8. Grado octavo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	
Docente: Juan Carlos Vera Lopera	Intensidad semanal: 2 Horas
Objetivos	
<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución. • Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo. • Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser. 	
Competencias del área:	
Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencias del siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.	
adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud	
<ul style="list-style-type: none"> • Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante. • Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo. • Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita 	

Periodo 1	
Pregunta	Ejes de los estándares o lineamientos



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

problematizadora			
<p>¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales desde la aplicación adecuada de la técnica y los gestos motrices propios de cada actividad?</p>	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	<p>Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional.</p> <p>Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.</p> <p>Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas.</p> <p>Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.</p>	<p>Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social.</p>



Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico.	Practica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar	Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?	<ul style="list-style-type: none"> - Selecciono movimientos que generen amplitud, destreza y autonomía de movimiento. - Ejecuto movimientos en concordancia con ritmos y objetos seleccionados. - Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento con y sin objetos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente. - la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través del movimiento. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.

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

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?	Realizo procesos regulados de Acondicionamiento músculo-esquelético.	Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el	Reconozco mis condiciones corporales y motrices en



<p>¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p>	<p>Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego. Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.</p> <p>Realizo pruebas que dan cuenta de mis condiciones musculo–esqueléticas.</p> <p>Participo de acciones estratégicas de juego en equipo y grupo. Ejecuto durante el juego acciones técnicas practicadas en clase.</p>	<p>cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo.</p> <p>Ejecuto acciones estratégicas y las relaciono con los resultados de la práctica.</p> <p>Realizo acciones que permitan la aplicación de aquellas condiciones físicas que benefician los resultados de la actividad.</p>	<p>beneficio de mi salud y la convivencia escolar.</p> <p>Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello y me esfuerzo para mejorarlas.</p>
--	--	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<p>Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable</p>	<p>Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.</p>	<p>Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase.</p>
<p>Identifica su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.</p>	<p>Propone actividades físicas que ayuden a mejorar su condición física.</p>	<p>Cumple de forma eficiente y oportuna y disfruta de las actividades asignadas en clase.</p>

7.9. Grado noveno.

Área: Educación Física, Recreación y Deportes	
Docente: Arley Humberto Gaviria Zapata.	Intensidad semanal: 2 Horas
Objetivos	
<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo. • Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto. 	



- Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal

Competencias del área

Competencia motriz.
 Competencia expresiva corporal.
 Competencia axiológica corporal.
 Competencias del siglo 21
 Competencia social y ciudadana.
 Competencia cultural y artística.
 Competencia para aprender a aprender.
 Autonomía e iniciativa personal.

Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud

Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante.

Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo.

Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita.

Periodo 1

Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo logro establecer relaciones entre las diferentes expresiones y las capacidades motrices que aplico para cada una de ellas?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas. Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices. Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos	Participo en la ejecución y organización de actividades institucionales, en beneficio del desarrollo motriz de los compañeros de la institución.	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi información.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

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

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida. Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre. Establezco relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades de juego.	Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.	Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad Para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludables.	Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales. Hace seguimiento y es consciente de los cambios corporales y de la personalidad,	Muestra interés por establecer ambientes de Respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.



	obtenidos a través de la práctica seleccionada.	
--	---	--

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cuál es la importancia de la práctica individual de actividades motrices en la salud de la comunidad a la que pertenece?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos Y gestos que pueden generar dificultades en el grupo. Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.	Selecciono actividades que me generen goce y lúdica en mi tiempo de ocio Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.	Reconozco las condiciones y valores propias y del grupo y las resalto en los escenarios de juego.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Se apropia de las nociones conceptuales básicas y los principios para la planificación y ejecución de una actividad física adecuada para las condiciones del sujeto y el colectivo.	Planifica y participa con sus compañeros actividades motrices básicas y complejas.	Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.

7.10. Grado décimo.

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	
Docentes: Arley Humberto Gaviria Zapata.	Intensidad Semanal: 2 Horas
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales. • Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones. 	



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

Competencias del área:

Competencia motriz.
 Competencia expresiva corporal.
 Competencia axiológica corporal.
 Competencias del siglo 21
Competencia social y ciudadana.
Competencia cultural y artística.
Competencia para aprender a aprender.
 Autonomía e iniciativa personal.

Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud

Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante.
 Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo.
 Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita.

Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Selecciono técnicas de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo. Practico actividades físicas individuales Y colectivas, bajo diferentes condiciones del contexto: presión–tranquilidad, ruido – silencio, consideración. Ajusto mis movimientos y emociones buscando el equilibrio y	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	bienestar, propiciando relaciones interiores y con el otro de valores y ética.		
--	--	--	--

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿De qué manera puedo hacer uso de mi tiempo libre para la transformación de la sociedad?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Participo en las actividades físicas propuestas por la institución. Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Participo en la planeación y organización De los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución.	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica los diferentes	Aporta en la construcción y	Asume los juegos como un
Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Reconoce la lógica interna de un plan de trabajo físico adecuado del tiempo libre, acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.	Propone su plan de trabajo recreativas, contribuyendo al uso adecuado de tiempo libre, en rutinas diarias, para mejorar su condición física.	Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo reconozco y contribuyo en la	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

<p>construcción De prácticas corporales autóctonas y alternativas?</p>	<p>Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical Y de tiempo de ejecución. Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.</p>	<p>Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.</p>	<p>Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p>
<p>¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo?</p>	<p>Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas específicas. Aplico para mi vida cotidiana tácticas que generen una cultura física y hábitos saludables. Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.</p>	<p>Construyo y planifico acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.</p>	<p>Comprendo la importancia de construir en colectivo los elementos que hacen parte del bienestar De la institución y de la sociedad a la cual pertenezco.</p>

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<p>Identifica las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.</p>	<p>Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>	<p>Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales saludables.</p>
<p>Identifica la lógica y los intereses de la práctica motriz individual y colectiva.</p>	<p>Aplica en situaciones de juego los fundamentos técnicos y los principios de convivencia.</p>	<p>Fomenta la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes</p>



7.11. Grado undécimo

Área: Educación Física, Recreación y Deporte	
Docentes: Arley Humberto Gaviria Zapata	Intensidad semanal: 2 Horas
Objetivos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar. • Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros. • Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo. 	
Competencias del área:	
<p>Al iniciar el año escolar los padres de familia deben presentar oportunamente a los profesores del área de educación física el diagnóstico de las limitaciones o dificultades que presentan sus hijos y que le impidan realizar actividad física, para poder hacer una correcta intervención con el estudiante.</p> <p>Dichos estudiantes para aprobar el área deben presentar trabajos escritos, exposiciones del trabajo y socialización en el grupo.</p> <p>Realizar juegos que les permita integrarse al grupo hasta donde su capacidad se lo permita.</p>	
Adaptación del plan de estudios para los niños con dificultades de salud	
<p>Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencias Ciudadanas del siglo 21 Competencia social y ciudadana. Competencia cultural y artística. Competencia para aprender a aprender. Autonomía e iniciativa personal.</p>	

Periodo 1			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿De qué manera las prácticas recreativas permiten potenciar el desarrollo humano y social?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Hago parte de la construcción de Festivales y rondas con los estudiantes de la institución. Establezco con los compañeros indicadores	Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo Del ser.	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	que muestren las manifestaciones Y hábitos del sujeto y los grupos.		
--	--	--	--

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

Periodo 2			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo hago parte para la implementación y participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto	Competencia motriz Diseño actividades para desarrollarlas Institucionalmente. Preparo presentaciones teórico prácticas, que motiven a la práctica motriz. Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora	Competencia expresiva corporal Demuestro con evidencias y resultados la importancia de asumir estilos de vida saludables.	Competencia axiológica corporal Hago parte de la construcción del proyecto de vida de mis compañeros.



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

Periodo 3			
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares o lineamientos		
¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo?	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal
	Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva. Establezco parámetros de medición de las manifestaciones y relaciones Entre los estudiantes que participan en los encuentros deportivos.	Presento a la institución el registro de los resultados presentados en las actividades deportivas.	Me intereso en presentar propuestas Que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.
¿Cómo puedo intervenir en la comunidad para promocionar estilos de vida saludable?	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física – pausa- actividad física, en mi plan de condición física. Asumo con	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.	Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida.



	autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego		
--	---	--	--

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.	Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.
Reconoce la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva.	Planea y propone actividades motrices que contribuyen al trabajo en grupo y a la proyección del trabajo en comunidad.	Coopera y participa en actividades promocionales De estilos de vida saludable respetando los roles, la individualidad y el género.

8. JORNADA NOCTURNA (CLEIS)

8.1 CLEI 1 Y 2

Docente: JUAN CARLOS VERA LOPERA
Objetivo de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos. • Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal. • Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física
Competencias: Competencia motriz, competencia expresiva corporal y competencia axiológica corporal

PERIODO 1 CLEI 1	Fecha: Enero 22 a ABRIL
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?	
Eje	Estándares
Competencia motriz	Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diversos ritmos musicales. Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.
Competencia expresiva corporal	Vivencio y comprendo los sentimientos que generan las prácticas de danza y ritmo propuesto y espontáneo.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

Competencia axiológica corporal	Atiendo y cumplo las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.		
	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
Expresión corporal Habilidades coordinativas	Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas	Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos	Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas

Periodo 2 CLEI 1		Fecha: Abril a Junio	
Pregunta(s) problematizadora (s) o situación problema: ¿Qué expreso con mi cuerpo cuando juego?			
Eje	Estándares		
Competencia motriz	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad de clase y la recuperación al finalizar la actividad física. Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase		
Competencia expresiva corporal	Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y el de los demás.		
Competencia axiológica corporal	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
Esquema Corporal Expresión corporal	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros	Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo	Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros

Periodo 1 CLEI 2		Fecha: Julio a septiembre	
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio			
Eje	Estándares		
Competencia motriz	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas		
Competencia expresiva corporal	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales		
Competencia axiológica corporal	Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros de aula		



Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
Ubicación Espacio Temporal Expresión corporal	Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo

Periodo 2 CLEI 2	Fecha: septiembre 16 a Noviembre 26
-------------------------	--

Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema:
 ¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal?

Eje	Estándares
Competencia motriz	Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales
Competencia expresiva corporal	Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales
Competencia axiológica corporal	Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física

Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
Esquema Corporal Espacio y tiempo	Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.	Exploro la práctica de diferentes Juegos individuales y grupales.	Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades. Identificó variaciones en mi respiración y sistema cardiaco en diferentes actividades físicas.

8.2 CLEI 3

Docentes: JUAN CARLOS VERA LOPERA

Objetivo de grado:

- Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.
- Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.
- Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.

Competencias:

Competencia motriz, Competencia expresiva corporal y Competencia axiológica corporal.

Periodo 1 CLEI 3 (GRADO 6º)	Fecha: Enero 22 a Abril
------------------------------------	--------------------------------

Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema:



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?			
Eje		Estándares	
Motriz		Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos. Combino diferentes movimientos Técnicos en la realización de prácticas deportivas. Comprendo los conceptos de las Pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas. Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones. Demuestro como las situaciones de juego me ayudan a respetar las condiciones y mejoro las relaciones con mis compañeros.	
Expresión corporal		Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en Situaciones de juego y actividad física.	
Axiológico corporal		Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.	
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
Periodo 2 CLEI 3 Pregunta(s) problema ¿Por qué la gimnasia? EJE Motriz Expresión Corporal Axiológica corporal Núcleos temáticos	Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.	Conoce los resultados de las pruebas físicas y de convivencia y se apropia de ellas para desarrollar Acciones que aporten a su calidad de vida.	Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludable.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

--	--	--	--



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

Periodo 1 CLEI 3 (GRADO 7°)		Fecha: JULIO 10 a SEPTIEMBRE	
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo?			
Eje		Estándares	
Competencia motriz	Realizo secuencias de movimiento individual y en parejas, con duración y cadencia preestablecidas. Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual. Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física. Contribuyo a la conformación Equitativa de los grupos de juego. Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.		
Competencia expresiva corporal	Ajusto mis movimientos al de mis compañeros y al ritmo de la música. Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo.		
Competencia axiológica corporal	Identifico mis posibilidades de expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social.		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Comprende la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad.	Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados	Comparto mi disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales

Periodo 2 CLEI 3 (GRADO 7°)		Fecha: SEPTIEMBRE 10 a Noviembre 25	
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?			
Eje		Estándares	
Competencia motriz	Realizo actividades de diferentes Impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas. Ejecuto actividades teniendo en cuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardio respiratorio. Relaciono como la práctica de la Actividad física mejora las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos.		
Competencia expresiva corporal	Participo en las propuestas de juego y actividad física dentro de la clase. Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos.		



	Soy consciente de los resultados de mi atención y concentración durante otras clases en el aula.		
Competencia axiológica corporal	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. Entiende las funciones de los sistemas cardiaco, respiratorio, esquelético y muscular.	Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud. Realiza cuadros simples que le permiten registrar Los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.	Valora la práctica de la actividad física como Hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.

8.3 CLEI 4

Docentes: JUAN CARLOS VERA LOPERA
Objetivo de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución. • Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo. • Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.
Competencias: Competencia motriz y competencia expresiva corporal y competencia axiológica corporal.

Periodo 1 CLEI 4 (GRADO 8°)	Fecha: Enero 18 a Marzo
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales desde la aplicación ¿Adecuada de la técnica y los gestos motrices propios de cada actividad?	
Eje	Estándares
Competencia motriz	Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional. Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas. Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.		
Competencia expresiva corporal	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.		
Competencia axiológica corporal	Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social.		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico.	Practica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar	Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar

PERIODO 2 CLEI 4 (GRADO 8°)		Fecha: Abril a Junio	
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?			
Eje	Estándares		
Competencia motriz	Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida. Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre. Establezco relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades de juego.		
Competencia expresiva corporal	Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.		
Competencia axiológica corporal	Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad Para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida	Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales.	Muestra interés por establecer ambientes de Respeto y relaciones de convivencia favorables para la



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	saludables.	Hace seguimiento y es consciente de los cambios corporales y de la personalidad, obtenidos a través de la práctica seleccionada.	ecología humana.
--	-------------	--	------------------

Periodo 1 CLEI 4 (GRADO 9°)	Fecha: Julio 16 a Septiembre 10
------------------------------------	--

Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema:
 ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?

Eje	Estándares
Competencia motriz	Realizo procesos regulados de Acondicionamiento músculo-esquelético. Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego. Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.
Competencia expresiva corporal	Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo.
Competencia axiológica corporal	Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.

Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.	Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.	Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase.

Periodo 2 CLEI 4 (GRADO 9°)	Fecha: Septiembre 16 a Noviembre 25
------------------------------------	--

Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema:
 ¿Cuál es la importancia de la práctica individual de actividades motrices en la salud de la comunidad a la que pertenece?

Eje	Estándares
Competencia motriz	Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos Y gestos que pueden generar dificultades en el grupo. Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.
Competencia expresiva corporal	Selecciono actividades que me generen goce y lúdica en mi tiempo de ocio. Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de



	juegos deportivos.		
Competencia axiológica corporal	Reconozco las condiciones y valores propias y del grupo y las resalto en los escenarios de juego.		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Se apropia de las nociones conceptuales básicas y los principios para la planificación y ejecución de una actividad física adecuada para las condiciones del sujeto y el colectivo.	Planifica y participa con sus compañeros actividades Motrices básicas y complejas.	Aprueba el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.

8.4 CLEI 5 y 6

Docentes: JUAN CARLOS VERA LOPERA
Objetivo de grado: <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales. • Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones. • Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.
Competencias: Competencia motriz, competencia expresiva corporal y competencia axiológica corporal

PERIODO 1 CLEI 5	Fecha: Enero a Marzo
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?	
Eje	Estándares
Competencia motriz	Selecciono técnicas de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo. Practico actividades físicas individuales y colectivas, bajo diferentes condiciones del contexto: presión– tranquilidad, ruido – silencio, consideración. Ajusto mis movimientos y emociones buscando el equilibrio y bienestar, propiciando relaciones Interiores y con el otro de valores y ética.
Competencia expresiva corporal	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

Competencia axiológica corporal	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.		
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.	Propone su plan de trabajo específico que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.	Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.

periodo 2 CLEI 5	Fecha: Abril 18 a Junio 12
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿De qué manera puedo hacer uso de mi tiempo libre para la transformación de la sociedad?	
Eje	Estándares
Competencia motriz	Participo en las actividades físicas propuestas por la institución. Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Participo en la planeación y organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.
Competencia expresiva corporal	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución.
Competencia axiológica corporal	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.

Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Participo en las actividades físicas propuestas por la institución. Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. Participo en la planeación y organización De los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su	Realizo montajes dancísticos y Prácticas lúdicas para presentarlos en la institución.	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
 INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
 DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
 NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

	desarrollo.	
--	-------------	--

Periodo 1 CLEI 6		Fecha: Julio 10 a Septiembre 12	
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo hago parte para la implementación y participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto			
EJE		ESTÁNDARES	
Competencia motriz		Diseño actividades para desarrollarlas Institucionalmente. Preparo presentaciones teórico prácticas, que motiven a la práctica motriz. Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora	
Competencia expresiva corporal		Demuestro con evidencias y resultados la importancia de asumir estilos de vida saludables.	
Competencia axiológica corporal		Hago parte de la construcción del proyecto de vida de mis compañeros.	
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludable.	Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.	Progresas en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyecta en su contexto.

Periodo 2 CLEI 6		Fecha: septiembre a Noviembre	
Pregunta(s) problematizadora(s) o situación problema: ¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo?			
Eje		Estándares	
Competencia motriz		Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva. Establezco parámetros de medición de las manifestaciones y relaciones entre los estudiantes que participan en los encuentros deportivos.	
Competencia expresiva corporal		Presentó a la institución el registro de los resultados presentados en Las actividades deportivas.	
Competencia axiológica corporal		Me intereso en presentar propuestas que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.	
Núcleos temáticos	Indicador de desempeño conceptual (saber conocer)	Indicador de desempeño procedimental (saber hacer)	Indicador de desempeño actitudinal (saber ser)
	Reconoce los cambios del sujeto	Aplica acciones que aportan al buen	Coopera y participa en juegos grupales



	presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.	desarrollo de las actividades	respetando los roles, la individualidad y el género
--	---	-------------------------------	---

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación:
<p>Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social <p>Y motriz de los estudiantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. • Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización. • Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas Verdes. • Reproductor de sonido y video. <p>Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia y actividad. • Sistematización. • Aumento gradual de las exigencias. • Atención individual y colectiva. • Fomento de la creatividad. • Socialización. 	<p>La evaluación como proceso permanente e integral permite valorar el estado en el que se desarrollan los distintos aspectos y componentes de trabajo curricular propio del Área, tal como se plantea en el Decreto 1.290 de 2009.</p> <p>En este sentido, los criterios de evaluación deberán cumplir las características propuestas en los lineamientos curriculares. Esto es, una evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa. • Permanente. • Integral. • Flexible. <p>Para realizar una evaluación que cumpla con lo anterior se deben tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluación • Coevaluación • Heteroevaluación <p>Igualmente tener en cuenta en la evaluación los cognitivos, procedimentales y actitudinales. Las estrategias y técnicas de evaluación que se sugieren para el área son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación y responsabilidad en clase • Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas. • Puntualidad en las llegadas a clase. • Exposición y argumentación coherente. • Capacidad de liderazgo. • Racionalidad en el manejo de los recursos. • Manejo adecuado y considerado de la implementación y los espacios. • Conservación y cuidado de la naturaleza y servicios públicos dentro de la institución. • Realización de actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación. • Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros • Respeto por las normas establecidas en clase.



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

<ul style="list-style-type: none">• Conciencia ecológica y social.	<ul style="list-style-type: none">• Utilización de estrategias de cooperación en las actividades prácticas de clase.• Utilización de la reglas y normas para la organización de situaciones colectivas De juego.
--	---



Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación:
<p>Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes. • Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. • Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización. • Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas verdes. • Reproductor de sonido y video. <p>Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conciencia y actividad. • Sistematización. • Aumento gradual de las exigencias. • Atención individual y colectiva. • Fomento de la creatividad. • Socialización. • Conciencia ecológica y social. 	<p>La evaluación como proceso permanente e integral permite valorar el estado en el que se desarrollan los distintos aspectos y componentes de trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto 1.290 de 2009.</p> <p>En este sentido, los criterios de evaluación deberán cumplir las características propuestas en los lineamientos curriculares. Esto es, una evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa. • Permanente. • Integral. • Flexible. <p>Para realizar una evaluación que cumpla con lo anterior se deben tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluación • Evaluación • Heteroevaluación <p>Igualmente tener en cuenta en la evaluación los cognitivos, procedimentales y actitudinales. Las estrategias y técnicas de evaluación que se sugieren para el área son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación y responsabilidad en clase • Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas. • Puntualidad en las llegadas a clase. • Exposición y argumentación coherente. • Capacidad de liderazgo. • Racionalidad en el manejo de los recursos. • Manejo adecuado y considerado de la implementación y los espacios. • Conservación y cuidado de la naturaleza y servicios públicos dentro de la institución. • Realización de actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación. • Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros • Respeto de las normas establecidas en clase. • Utilización de estrategias de cooperación en las actividades prácticas de clase. • Utilización de reglas y normas para la



Integración curricular

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

Aprovechamiento del tiempo libre.

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

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

Educación ambiental.

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

Educación sexual y construcción de ciudadanía.

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

Valores y ética.

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

Desde todas las áreas del saber.

Como una oportunidad para aplicar metodologías activas, participativas y creativas



que propicien el disfrute de nuevos aprendizajes.

9. ATENCIÓN DE ESTUDIANTES CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

Ninguna persona puede ser excluida ni marginada de la práctica de la Educación Física, Recreación y Deporte al invocar razones de discapacidad u otra condición, por cuanto esta disciplina involucra

Componentes fundantes de la naturaleza humana, de modo que el trabajo pedagógico dirigido a cada ser humano en particular, debe adaptarse a sus necesidades. Desde luego, todo ello implica el desarrollo de una diversidad de contenidos, modelos de currículo, métodos y procedimientos de enseñanza, adaptados a cada caso.

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



	realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo. Igualmente, se plantean actividades puntuales para aquellos estudiantes que demuestran capacidades excepcionales y un desempeño superior en su aprendizaje, de manera tal, que se permita profundizar en algunos temas y desarrollar actividades con un nivel de complejidad mayor	
--	---	--

10. METODOLOGÍA

La educación física dentro del campo educativo hoy a la luz de la ley 115, se convierte en parte fundamental en el proceso de aprendizaje del alumno. De aquí que el plan de área para el colegio continúa un proceso donde el alumno es el artífice de la asignatura, será él mismo quien solucione problemas de movimientos basados en experiencias pasadas, teniendo en cuenta las presentes, para nuevas manifestaciones motoras, no dejando de lado las experiencias de sus compañeros de grupo.

11. ESTRATEGIAS

La educación física contempla dos tipos de estilos. El primero de ellos es de instrucción directa, destacando el mando directo y también lo que viene a ser asignación de actividades. Por su parte, el segundo método viene a ser la resolución de problemas a través de la libre exploración.

12. EVALUACIÓN

La evaluación en la institución Educativa MARIA MONTESSORI, la asumimos como un proceso sistemático y permanente que pretende la obtención y búsqueda de información de diversas fuentes, la reflexión, la superación de las dificultades individuales, el desempeño óptimo, el logro de las competencias en cada área y/o asignatura, nivel o ciclo y en cada uno de nuestros estudiantes donde se le permita al docente la organización y análisis de la información obtenida, con el fin de orientar su labor y propiciar además la aplicación de nuevas metodologías y estrategias que apunten al mejoramiento de todos.

Son propósitos de la evaluación de los estudiantes en el ámbito institucional: Identificar las características personales, intereses, ritmos de desarrollo y estilos



de aprendizaje del estudiante para valorar sus avances.

Proporcionar información básica para consolidar o reorientar los procesos educativos relacionados con el desarrollo integral del estudiante.

Suministrar información que permita implementar estrategias pedagógicas para apoyar a los estudiantes que presenten debilidades y desempeños superiores en su proceso formativo Determinar la promoción de estudiantes.

Aportar información para el ajuste e implementación del plan de Identificar las características personales, intereses, ritmos de desarrollo y estilos de aprendizaje del estudiante para valorar sus avances.

13. RECURSOS

Espacios físicos adecuados para la práctica de la actividad física:

1 cancha deportiva

Salón o aula múltiple

Balones para los distintos deportes

Juegos de mesa

Mesa de tenis de mesa

Mancuernas, pesas y barras

Barras de ejercicios, bastones, lazos



REPÚBLICA DE COLOMBIA MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIA MONTESSORI
DISTRITO ESPECIAL DE CIENCIAS, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN ALCALDÍA DE MEDELLÍN
NIT 811.018.519-1 DANE: 105001003280

14 BIBLIOGRAFIA

<http://nucleoseducativos.blogspot.com/2015/11/expedicion-curriculo.html>

https://www.mineduccion.gov.co/1759/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf

https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

https://www.mineduccion.gov.co/1621/articles-172061_archivo_pdf_decreto1860_94.pdf

<https://www.mineduccion.gov.co/1621/article-162342.html>

Abril, G. (1986). Del cuerpo vestido al cuerpo hiperdesnudo.

Revista de Educación Física, 9, 27-31. Adams, T. y Brynteson, P. (1992).

Eficacia y técnica deportiva. Análisis del movimiento humano. Barcelona: Inde. Aguilera Fernández, A. (1992).

Estado y deporte. Legislación, organización y administración del deporte. Granada: Comares. Aguilera, A. (1996).

La Educación Física en Platón y Aristóteles. Revista Española de Educación Física y Deportes, 3 (1), 17-22. Aierdi, P.

(1994). Estratificación social y estilos de vida. En Kaiero (Ed.). Valores y estilos de vida de nuestras sociedades en transformación. Bilbao: Universidad de Deusto.