



INSTITUCION EDUCATIVA SAN ROBERTO BELARMINO

“Educamos con calidad en y para la diversidad”

PLAN DE ÁREA

EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

2025

www.iesanrobertobelarmino.edu.co

TABLA DE CONTENIDO

1. Identificación del plantel y del área

2. Introducción

- a. Contexto externo
- b. contexto interno
- c. Estado del área

3. Justificación

4. Objetivo general del área.

5. Objetivos de grado.

6. Referentes conceptuales

- a. Fundamentos Lógico-disciplinarios del área.
- b. Normas técnico- legales.
- c. Fundamentos pedagógicos- didácticos.

7. Mallas Curriculares por periodos y grados e integración curricular

8. Metodología y estrategias pedagógicas

9. Criterios y estrategias de evaluación

10. Recursos

11. Bibliografía.

1. Identificación del plantel y del área

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

IDENTIFICACION DEL PLANTEL	
PLANTEL	Institución Educativa San Roberto Belarmino
CARÁCTER	Oficial
GÉNERO	Mixto
NIVELES	Preescolar, Básica primaria, Básica secundaria y Media académica
CALENDARIO	A
JORNADAS	Mañana y Tarde
DANE	105001002003
NIT	811.040.191-1
APROBACION	Resolución 4518 del 22 de noviembre de 2005
COMUNA	Comuna 16
NÚCLEO	934
DIRECCIÓN	Calle 32B # 83-39 Barrio Belén Las Mercedes. Medellín, Antioquia
TELÉFONO	2560140- 2562097
PAGINA WEB	www.iesanrobertobelarmino.edu.co
CORREO ELECTÓNICO	sanrobertobelarmino@gmail.com
RECTOR(A)	Alicia María Marín Ochoa

Identificación del Área

DOCENTE	GRUPO	INTENSIDAD HORARIA
Diana Marcela Jaramillo Orrego	1º-1	3 HORAS
Lina Marcela Hernández Vargas	1º-2	3 HORAS
Lucia del Socorro Gómez Ossa	2º-1	3 HORAS
Francy Buitrago Monsalve	2º-2	3 HORAS
Adíela del Socorro Granada Flórez	2º-3	3 HORAS
Fancy Astrid Giraldo Aristizábal	3º-1	3 HORAS
Francisco Javier Agudelo Aguirre	3º-2	3 HORAS
Carmen Elena Rico Mesa	3º-3	3 HORAS
Irma de Jesús Montoya Rodríguez	4º-1	2 HORAS
Ana María Gómez Giraldo	4º-2	2 HORAS

Matilde González Quintero	4°3	2 HORAS
Inés Hernández López	5º-1	2 HORAS
Cesar Augusto Piedrahita Maldonado	5º-2	2 HORAS
Angelica del Pilar Moreno Ospina	6° 1 y 2	2 HORAS
Marisol González Villa	6° 3	2 HORAS
Marisol González Villa	7°	2 HORAS
Marisol González Villa	8°	2 HORAS
Marisol González Villa	9°	2 HORAS
Marisol González Villa	10°	2 HORAS
Marisol González Villa	11°	2 HORAS

2. Introducción

a. Contexto externo

La educación en Colombia, debido a sus parámetros dinámicos y de calidad, exige día a día, que las instituciones educativas realicen una apuesta concreta a procesos de enseñanza aprendizaje que promuevan la aceptación de las individualidades de cada uno de sus actores y la participación activa de los mismos en una sociedad heterogénea y cambiante como lo es la actual.

La I.E. San Roberto Belarmino, teniendo en cuenta el contexto en el cual se lleva a cabo la formación y los requerimientos de aprendizaje del entorno local, nacional y global, consolida su plan de estudios a partir del enfoque de Pedagogía Activa, educando en y para la diversidad. Es por ello que las áreas, específicamente el área de Ciencias Naturales y Educación Ambiental, se estructuran a partir de principios básicos de equidad y respeto por el otro, convirtiendo el docente en un orientador que conoce la individualidad de sus educandos y proporcionando los medios para que los aprendizajes de las ciencias naturales sean realmente significativos y por tanto haya una adhesión del conocimiento.

Las Ciencias Naturales, como su nombre lo indica, proporcionan el desarrollo de habilidades, capacidades y competencias que le permitan al estudiante el descubrimiento del mundo natural y, que a través de éste, se realice la construcción del conocimiento, teniendo en cuenta los intereses, ritmos de desarrollo y estilos de aprendizaje, otorgando así herramientas para la resolución de nuevas situaciones problema y permitiendo, que como seres integrales y participativos, hagan contribuciones válidas y asertivas a su entorno, favoreciéndose así la integración social y la convivencia.

b. Contexto interno

(Documentado en Plan de Desarrollo Local/Comuna 16, Belén. Alcaldía de Medellín, 2014)

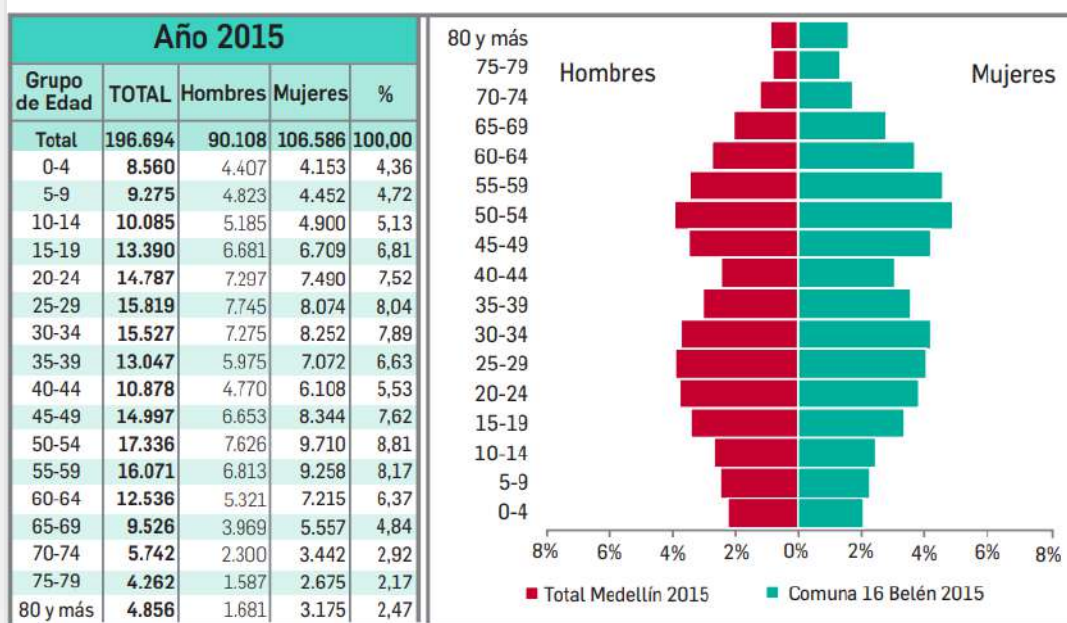
La INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN ROBERTO BELARMINO, está ubicada en el Barrio LAS MERCEDES, perteneciente a la Comuna 16, Belén, del Municipio de Medellín. Según la división territorial de Belén actualizada mediante el Decreto 346 de 2000, los barrios de la Comuna 16 son los siguientes: Fátima, Rosales, Belén, La Palma, Los Alpes, Las Violetas, Las Mercedes, Nueva Villa de Aburrá, Miravalle, El Nogal- Los Almendros, Cerro Nutibara.

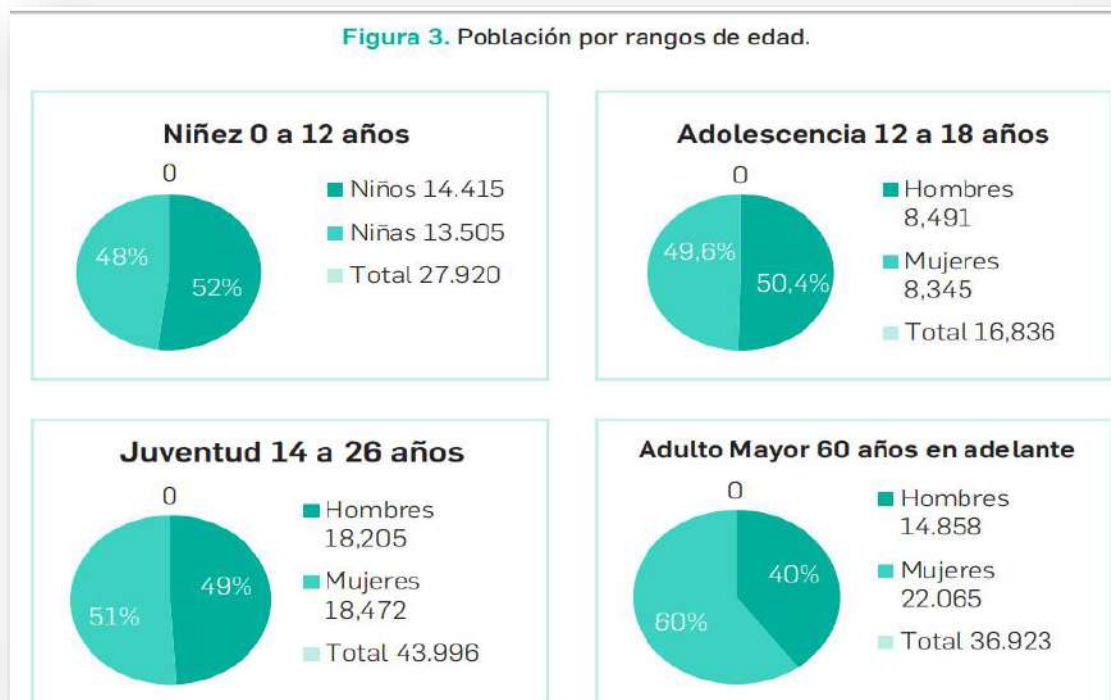
Dinámica poblacional y estratificación socioeconómica.

Composición sociodemográfica.

Con respecto a la dinámica poblacional, la mayor concentración se da en los rangos de edad comprendidos entre los 20 y 34 años, lo que suma 46.133 habitantes, equivalentes al 23,4% de la población de la Comuna. El otro rango representativo es el comprendido entre los 45 a 59 años, con una sumatoria de 48.404 habitantes que representan el 24,6% de la población. Estos dos rangos concentran los mayores volúmenes etarios y entre ambos suman cerca de la mitad del total de la población.

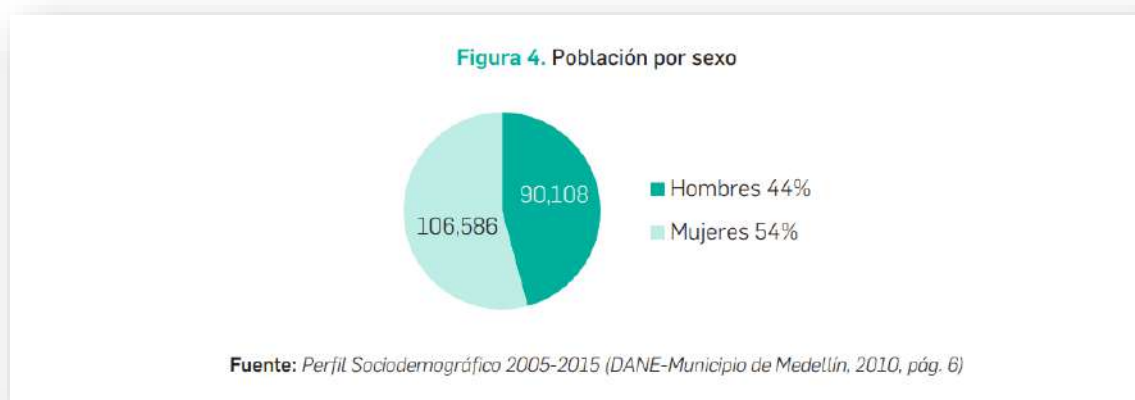
Figura 2. Composición sociodemográfica y Pirámide poblacional





Fuente: Perfil Sociodemográfico 2005-2015(DANE-Municipio de Medellín, 2010, págs. 7-8)

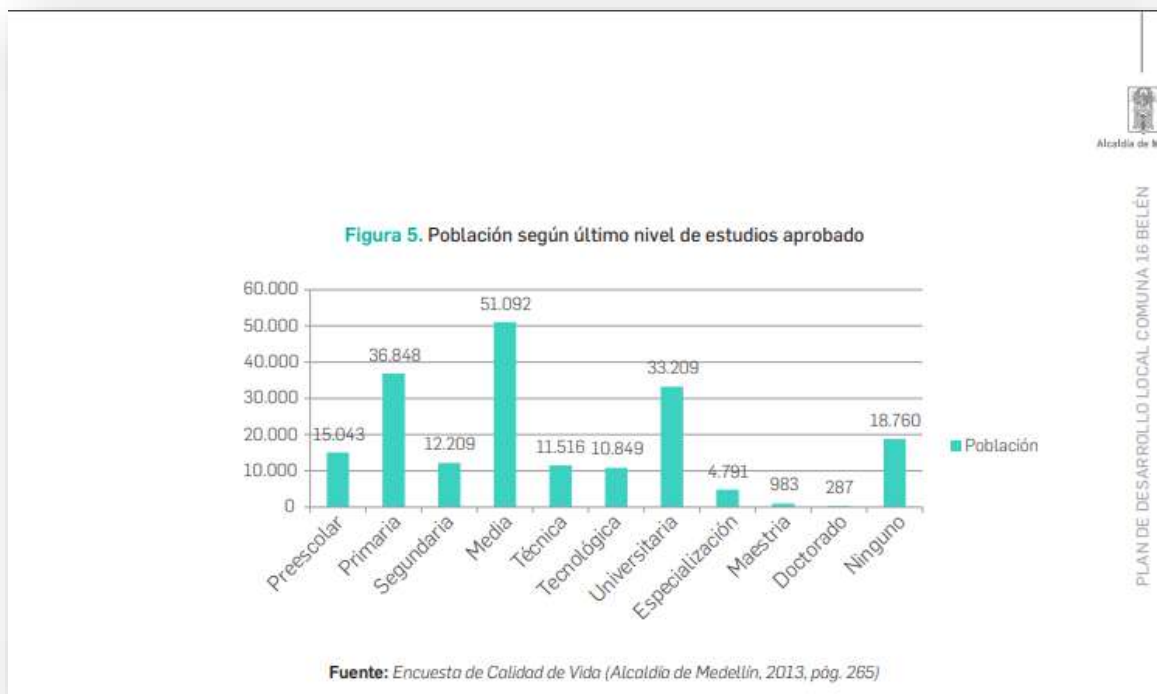
En Belén las mujeres representan el 54% de la población, situación coincidente con el comportamiento a nivel de la ciudad y a nivel nacional, en donde las mujeres representan siempre más de la mitad de la población.



Nivel de formación académica

En cuanto al nivel de formación académica, la mayor representación se da en la Educación Media con un 51%, le siguen Primaria con un 36.8% y Universitaria con un 33.2%. Llama la

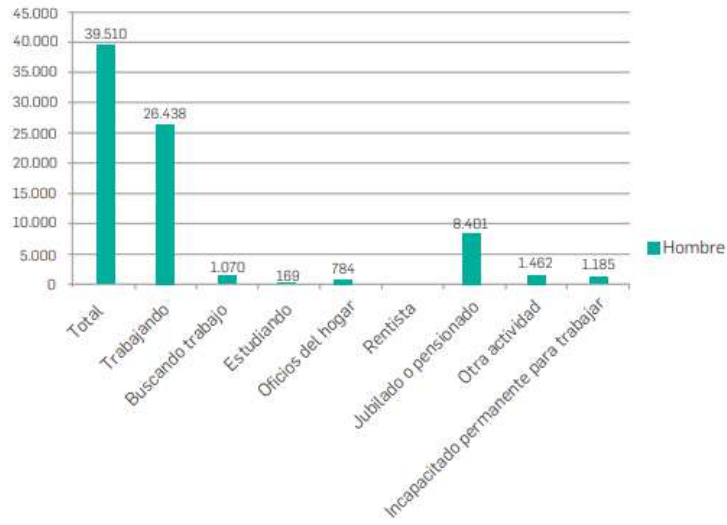
atención que existe un 18.7% que se describe como ningún nivel de estudios aprobado, lo cual es significativo en una ciudad que ofrece múltiples posibilidades educativas para las personas de todas las edades.



Actividad habitual del jefe de hogar

El 39.5% de los hogares tienen jefatura masculina y de ellos sólo el 26.4 % de los jefes de hogar cuenta con trabajo, el 8.4% es jubilado o pensionado, es decir, que sólo el 34,8% de estas familias tienen definido su sustento económico.

Figura 7. Hogares por comuna según actividad habitual del jefe durante el último mes

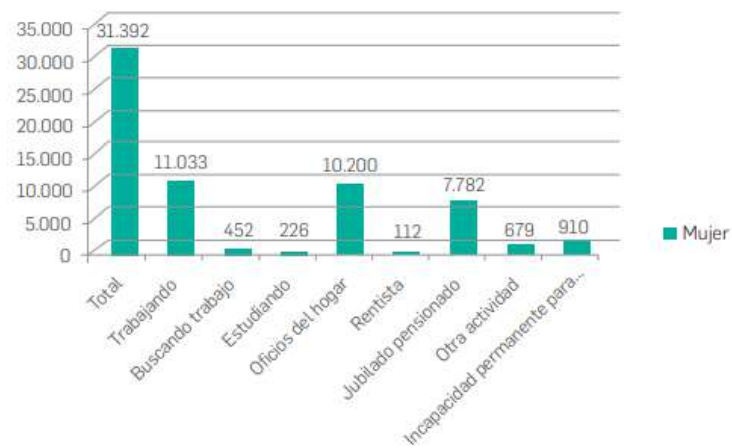


Fuente: Encuesta Calidad de Vida (Alcaldía de Medellín, 2013, pág. 196)

La jefatura del hogar en manos de las mujeres, representa el 31.3% de las familias en Belén y de ellas apenas el 11% trabajan, otro 10.2% realiza oficios del hogar y 7.7% es jubilada o pensionada.

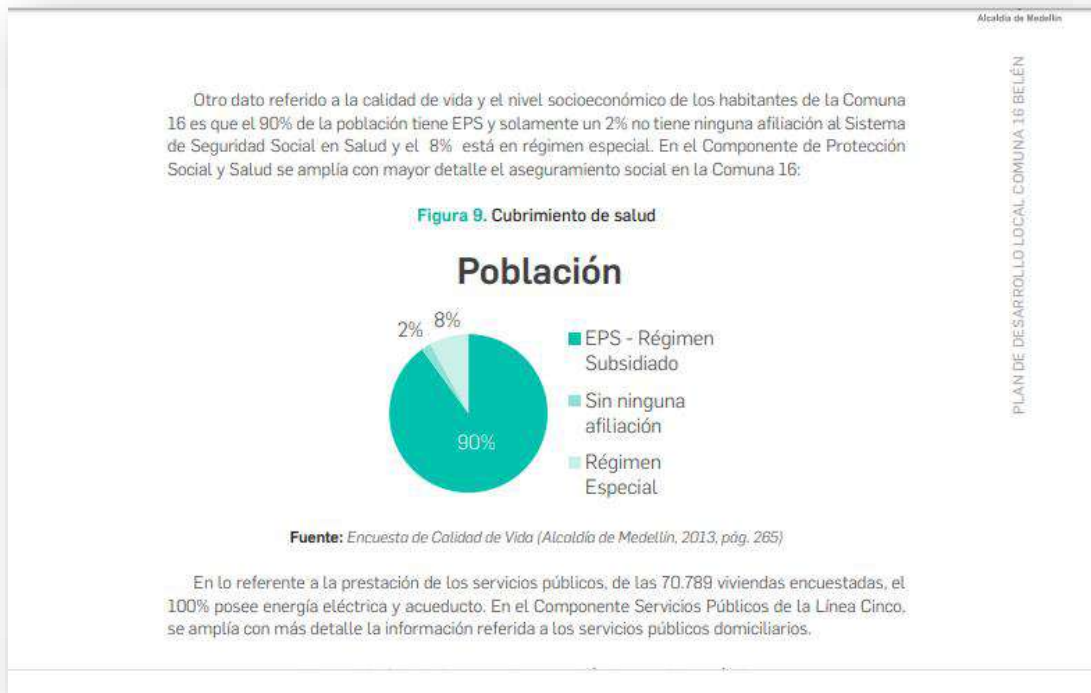
Fuente: Encuesta Calidad de Vida (Alcaldía de Medellín, 2013, pág. 196)

Figura 8. Hogares por comuna según actividad habitual del jefe mujer durante el último mes



Cubrimiento en salud



Como se describe en la gráfica, el 90% de las familias en Belén tienen cubrimiento en salud con EPS, Régimen subsidiado, esto es, pertenecen a la población vulnerable de la ciudad y el 2% para ese momento, no tiene ninguna afiliación.



Cabe resaltar que los datos descritos anteriormente son los últimos registros que tiene la municipalidad con respecto a la Comuna 16- Belén y corresponden al Plan de Desarrollo Local de 2014. Estos datos pueden haberse modificado por la dinámica social de Medellín y especialmente por el incremento en los últimos tres años de la población migrante.

b.Contexto interno

Caracterización de la Población Escolar (matrícula de 2024)

INFORMACIÓN DE MATRÍCULA EN EDAD ESCOLAR Y DOCENTES						
ESTUDIANTES POR SEXO SEGÚN NIVEL EDUCATIVO 2025				DOCENTES POR NIVEL EDUCATIVO		
Transición (Grado 0)	21 	27 	48	Transición	2	
Básica Primaria (Grados 1-5)	212	220	432	Básica Primaria	13	
Básica Secundaria (Grados 6-9)	157	211	368	Básica Secundaria y Media	18	
Media (Grados 10-13)	68	93	161			
TOTAL	458	551	1.009	Docente de Apoyo	1	
				Docente PTA	1	
				Directivos	3	
% Estudiantes por Sexo	45.39%	54,6%	100%	TOTAL	38	

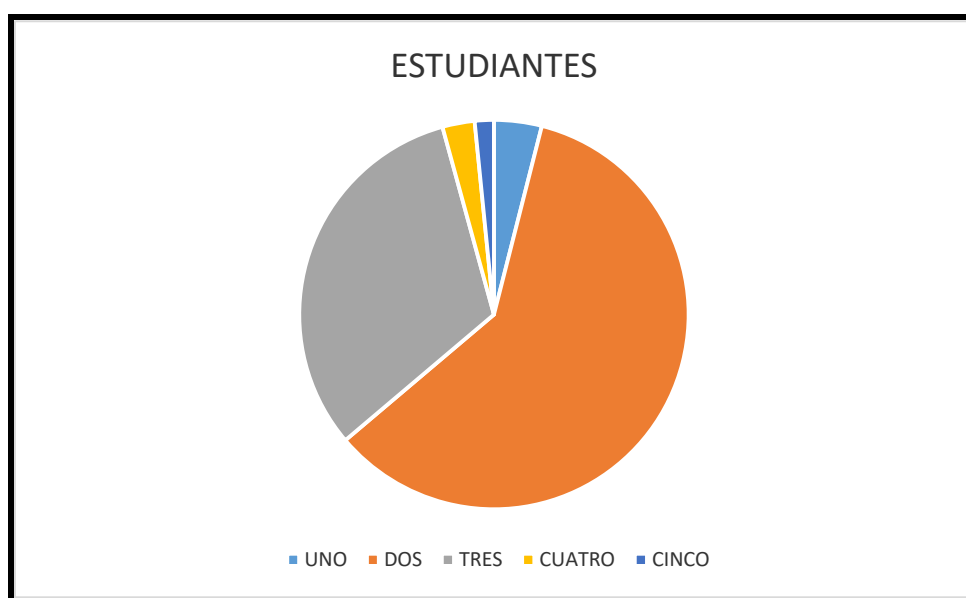
Situación Socioeconómica:

Estrato de la vivienda familiar

Las familias que componen la institución, viven en hogares clasificados mayoritariamente en **los estratos 2 y 3**, ello corresponde **al 91% de la población** escolar, sin embargo, la ubicación del plantel cerca a sectores de estrato 4 y 5, permite que un 4.2 % de estudiantes provenga de familias con mejores índices de calidad de vida. Cabe resaltar que el 3.9% de los escolares se encuentra ubicado en el estrato 1, lo cual indica que pertenecen a población en extrema pobreza, o en condición de desplazamiento.

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

CARACTERIZACIÓN SOCIOECONÓMICA DE LOS ESTUDIANTES 2024					
% de estudiantes por estrato socioeconómico	Estrato 1	Estrato 2	Estrato 3	Estrato 4	Estrato 5
	3,9%	59,8%	31,9%	2.6%	1,5%



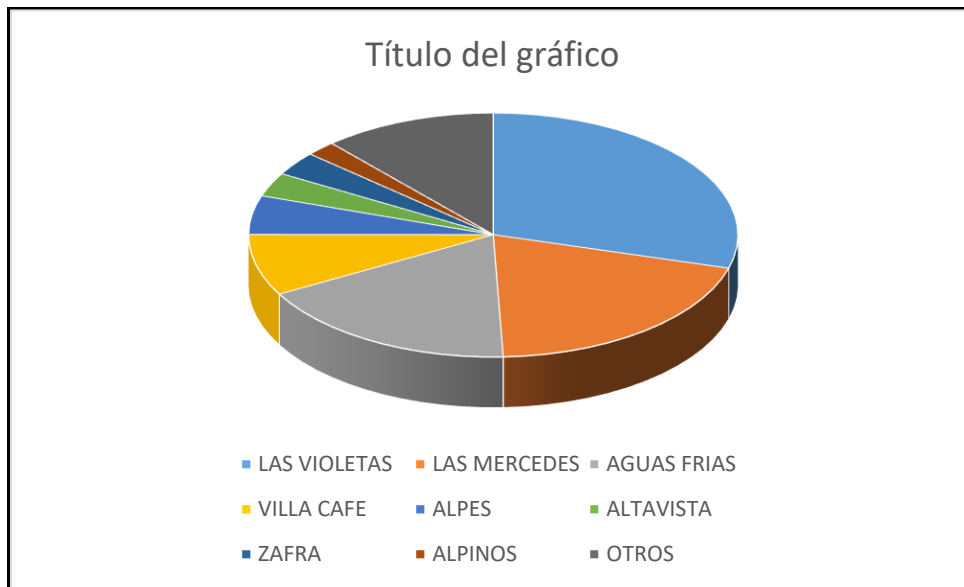
Barrios y sectores de procedencia de los estudiantes:

La población escolar proviene de diferentes sectores de Belén, especialmente, de los barrios: Las Mercedes, Las Violetas y Aguas Frías, en donde se concentra el **66.89 %** de los estudiantes. Un buen número de estudiantes se desplaza de lugares desde donde deben emplear transporte público o realizar grandes caminatas. Cabe resaltar que en los últimos años ha crecido la población del sector de Aguas Frías y Villa Café.

Barrios de Procedencia:

BARRIOS	ESTUDIANTES	%
LAS VIOLETAS	297	29.4
LAS MERCEDES	201	19.9

AGUAS FRIAS	177	17.5
VILLA CAFE	82	8.1
ALPES	52	5.1
ALTAVISTA	32	3.1
ZAFRA	32	3.1
ALPINOS	20	1.9
OTROS	116	11.4
TOTAL	1.009	



Población en condición de desplazamiento.

Existe un **8% (81)** de estudiantes registrados como pertenecientes a familias en condición de desplazamiento, lo cual obedece a los fenómenos de desplazamiento que se dan a nivel nacional y desplazamiento intraurbano, relacionados con situaciones de violencia social.

Este porcentaje es significativo y visibiliza la existencia de escolares en condición de desarraigo de sus sitios de origen y posiblemente enfrentados a situaciones económicas

precarias, lo cual puede afectar su rendimiento académico e incrementa los factores de riesgo hacia las problemáticas juveniles.

Población perteneciente a grupos étnicos.

Existe poca presencia de estudiantes pertenecientes a grupos étnicos, como indígenas o afrodescendientes autorreconocidos. Ello obedece a que esta población está asentada en sectores diferentes a la zona de influencia de la institución. Se identifican 2 estudiantes autorreconocidos como afrodescendientes.

Población Migrante

La presencia de población migrante proveniente de Venezuela, se empieza a evidenciar en el plantel desde 2017 con el ingreso de 7 estudiantes, en 2018 se matricularon 21, en 2019 se matriculan 50 y a partir de 2020 se cuenta con un promedio de 78 estudiantes que representan el 7.6% del total de los escolares. Esta población en su mayoría no cuenta con los permisos de residencia en el país, ni con la documentación que avala los estudios cursados fuera de Colombia, por tal razón deben pasar por procesos de validación académica y de reconocimiento de saberes.

Población con Discapacidad o Trastornos Específicos del Aprendizaje y del comportamiento.

Prevalencia (2025):

Discapacidad Intelectual	11
Discapacidad Mental psicosocial	14
Discapacid sensorial	4
Discapacidad Múltiple	6
Discapacidad Fisica	1
Apoyo Académico Especial	4
Talento excepcional	3
TDAH y Dificultades de aprendizaje	50

c. Estado del área

El estado del área de la IE San Roberto Belarmino se enuncia con base en los resultados obtenidos en la estadística de definitivas por Materia/Área del Máster (Plataforma académica).

Educación Física Básica Primaria

Los resultados tan positivos del área arrojados en la básica primaria se deben primordialmente a dos componentes:

1. Las niñas y niños se encuentran físicamente muy activos, sus comportamientos son más osados y aventureros. Necesitan más actividad física y aprobación de sus compañeros. Socialmente comparten más en diversas actividades con los demás integrantes, etc. Estos y muchos más aspectos posibilitan una mayor participación en las actividades físicas, recreativas y deportivas programadas.
2. Criterios de evaluación del docente para la clase de educación física: En nuestra institución en la básica primaria no se cuenta con un docente competente en el área específica del saber, con un perfil idóneo, que posea elementos importantes en la pedagogía y didáctica específica, que mejoren las prácticas de formación del estudiante, y que entre otros aspectos tenga claro los criterios de evaluación.

Educación Física Básica Primaria, básica Secundaria y Media

Aunque los resultados en cuanto a la pérdida no se pueden considerar alarmantes, si se comparan con los datos en la básica primaria, si tienden a ser significativos, lo cual esta soportado en los cambios principalmente de carácter actitudinal que se manifiestan en la etapa de la pubertad y la adolescencia. Cambios que implican una mayor apatía a las propuestas de clase práctica, disminuye la responsabilidad en la entrega de informes teóricos concernientes al área, etc.

Al realizar un ajuste curricular, debemos tener en cuenta un concepto básico, para tener un punto de referencia y saber que tenemos y que queremos conseguir, cuáles son nuestras fortalezas y debilidades, y que necesitamos para mejorar.

Ese concepto es de la **educación** que recibimos o impartimos, debe buscar el desarrollo integral de todas nuestras potencialidades: físicas, psíquicas, espirituales, sociales y no solo las intelectuales o académicas en un proceso de inclusión social. Aún más; éstas no se desarrollarán plenamente sino con un buen desarrollo, físico motriz, psicomotriz y sensomotriz en general.

Pasemos entonces a visualizar por ciclos de educación, los lineamientos pertinentes como base del proceso, teniendo en cuenta la fortaleza y aspecto a mejorar

CICLO	LINEAMIENTO	FORTALEZA	ASPECTOS A MEJORAR
1º Y 2º	Conocimiento personal, lenguaje corporal desde la motricidad, la lúdica y el juego	Desarrollo motor básico, conciencia corporal, capacidad de seguir instrucciones y trabajo cooperativo. La motivación y entusiasmo por la práctica de las actividades del área	Conocimiento e identificación de las partes corporales Baja percepción del esquema corporal. Mejorar hábitos de aseo, higiene y auto cuidado
3º - 4º Y 5º	Centrados en sí mismos, relación y diferenciación de espacio y tiempo	Desarrollo de habilidades motrices, comprensión de las normas de juego y la importancia de la actividad física para la salud. Planificación de las diferentes actividades, en busca de un desarrollo integral del estudiante	Coordinación dinámica general y segmentaria Poco control de la respiración Mejorar hábitos de aseo, higiene y auto cuidado
6º Y 7º	Desarrollo físico motriz, identificación de capacidades corporales y su sentido	Desarrollo de inteligencia motriz, eficiencia física y vivencia integral del movimiento. Relación del contexto con las actividades cotidianas que vive el estudiante, partiendo de la motivación	Poca creatividad, seleccionando experiencias motoras para el trabajo individual y grupal Aprendizajes teórico-prácticos de la actividad física Hábitos de vida saludable
8º Y 9º	Adquisición de técnicas a nivel corporal, en cumplimiento de tareas motrices	Desarrollo integral del estudiante, desde habilidades físicas, sociales y cognitivas	Dificultad para integrarse socialmente a través de actividades físicas y recreativas Practica de actividad física, con fines de bienestar personal.

		Rescatar saberes previos de los estudiantes, para realizar y proyectar un trabajo acorde a las expectativas y necesidades de los estudiantes, explorando su creatividad.	Hábitos de vida saludable
10º Y 11º	Interacción personal, social y con el entorno, desde el auto cuidado y vivencia de hábitos de vida saludable	Capacidad de aprender, resolución de problemas, comunicación efectiva, creatividad, adaptación de nuevas situaciones, trabajo en equipo y trabajo cooperativo. Utilizar recursos existentes y crear otros, para orientar rutinas de ejercicios que sean apoyo al trabajo de actividad física y a la productividad, a nivel personal y colectivo.	Poca interiorización de normas y reglas de juego Interiorización de la importancia de realizar actividad física, para el mantenimiento de la salud Hábitos de vida saludable

3. Justificación

La Educación Física contribuye, a través del movimiento, al proceso de formación integral, social y corporal del ser escolar en la vida cotidiana, si la Educación Física se organiza como proceso pedagógico y permanente, se pueden cimentar bases sólidas que le permitan la integración y socialización, que garanticen continuidad para el desarrollo y la especialización deportiva en vidas futuras. (Fernández, 2009). De ahí, la importancia de la Educación Física para el ser humano, puesto que su desarrollo intelectual está íntimamente relacionado con el proceso de su desarrollo corporal, el cual incide en el comportamiento psíquico, físico y social (IEAI, 2008).

A través de la clase de Educación Física los niños y niñas aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y deportivas. En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir diversas alternativas que puedan ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo podrían lograr en otras asignaturas (Fernández, 2009).

Desde la experiencia en el área se puede afirmar que la Educación Física es un área fundamental dentro del proceso académico y formativo de todos los educandos, brindando los elementos necesarios para un desarrollo motriz y un buen esquema corporal. Adquiriendo nociones básicas de los deportes individuales y de conjunto en la técnica, la táctica y al mismo tiempo desarrollando el razonamiento lógico y el trabajo en equipo. Además aporta los conceptos y normas de seguridad e higiene que toda persona debe saber sobre el manejo de su propio cuerpo; es en el patio de la escuela o del colegio donde los chicos se divierten a la vez que aprenden, y en donde los adolescentes miden sus capacidades en los juegos pre deportivos o en las actividades atléticas, gimnásticas, recreativas y deportivas; es la Educación Física la que posibilita a los chicos salir de un salón convencional y poder disfrutar de una clase al aire libre. El poder correr, saltar, gritar, lanzar, trepar, rodar y manipular objetos entre otras, son acciones propias y exclusivas de esta asignatura.

4. Objetivo general del área

General

Desarrollar competencias praxeológicas y/o físico motrices, socio motrices y perceptivo motrices que propendan por favorecer la práctica recreativa, deportiva y del aprovechamiento del tiempo libre en los educandos como medio propicio para fortalecer la autonomía, solidaridad, creatividad, la salud preventiva y la interrelación en su cuerpo y mente, en el marco de una educación para la diversidad y en beneficio del desarrollo de la ciudad de Medellín.

Específicos

- Generar procesos de investigación que faciliten el conocimiento de las necesidades del ser humano de acuerdo a sus etapas de desarrollo.
- Lograr el mejoramiento psicológico, socia-afectivo y motor mediante actividades físicas que permitan equilibrio funcional.
- Obtener estimulación oportuna que favorezca el desarrollo integral.
- Identificar las aptitudes en el ámbito de la Educación Física para un mejor desempeño motor o para la orientación vocacional.
- Adquirir hábitos de movimiento que respondan a las necesidades del trabajo físico requeridas para el mantenimiento y mejoramiento de la salud y superación de las tensiones de la vida moderna.
- Desarrollar la capacidad crítica sobre la problemática y logros de la Educación Física, el Deporte y la Recreación, en el ámbito nacional o internacional y plantear alternativas de solución.
- Participar en actividades físicas, deportivas y recreativas en forma individual y comunitaria, utilizando positivamente el tiempo libre, para contribuir al desarrollo del país.
- Valorar la importancia de la práctica de actividades físicas como medio de prevención a la drogadicción. ¹

FINES DE LA EDUCACION

La adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber.

El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artística en sus diferentes manifestaciones.

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

La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la Nación.

La promoción en la persona y en la sociedad de la capacidad para crear, investigar, adoptar la tecnología que se requiere en los procesos de desarrollo del país y le permita al educando ingresar al sector productivo.

OBJETIVOS POR NIVEL

1. Objetivos comunes a todos los niveles (artículo 13, ley 115 de 1994)

- a. Formar la personalidad y la capacidad de asumir con responsabilidad y autonomía sus derechos y deberes;
- b. Proporcionar una sólida formación ética y moral, y fomentar la práctica del respeto a los derechos humanos;
- c. Fomentar en la institución educativa, prácticas democráticas para el aprendizaje de los principios y valores de la participación y organización ciudadana y estimular la autonomía y la responsabilidad;
- d. Desarrollar una sana sexualidad que promueva el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la construcción de la identidad sexual dentro del respeto por la equidad de los sexos, la afectividad, el respeto mutuo y prepararse para una vida familiar armónica y responsable;
- e. Crear y fomentar una conciencia de solidaridad internacional;
- f. Desarrollar acciones de orientación escolar, profesional y ocupacional;
- g. Formar una conciencia educativa para el esfuerzo y el trabajo, y
- h. Fomentar el interés y el respeto por la identidad cultural de los grupos étnicos.

- i. El Ministerio de Educación Nacional, mediante un trabajo coordinado con el Ministerio de Transporte, el Ministerio de Salud y Protección Social y con apoyo del Fondo de Prevención Vial, orientará y apoyará el desarrollo de los programas pedagógicos para la implementación de la enseñanza en educación vial en todos los niveles de la educación básica y media. *(Adicionado por el art. 4, Ley 1503 de 2011).*
- j. Desarrollar competencias y habilidades que propicien el acceso en condiciones de igualdad y equidad a la oferta de la educación superior y a oportunidades en los ámbitos empresarial y laboral, con especial énfasis en los departamentos que tengan bajos niveles de cobertura en educación. *(Adicionado por la Ley 1651 de julio 12 de 2013).*

2. Objetivos generales de la Educación básica. (artículo 20, Ley 115/94)

- a. Propiciar una formación general mediante el acceso, de manera crítica y creativa, al conocimiento científico, tecnológico, artístico y humanístico y de sus relaciones con la vida social y con la naturaleza, de manera tal que prepare el educando para los niveles superiores del proceso educativo y para su vinculación con la sociedad y el trabajo;
- b. Desarrollar las habilidades comunicativas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente;
- c. Ampliar y profundizar en el razonamiento lógico y analítico para la interpretación y solución de los problemas de la ciencia, la tecnología y la vida cotidiana;
- d. Propiciar el conocimiento y comprensión de la realidad nacional para consolidar los valores propios de la nacionalidad colombiana tales como la tolerancia, la democracia, la justicia, la convivencia social, la cooperación y la ayuda mutua;
- e. Fomentar el interés y el desarrollo de actitudes hacia la práctica investigativa, y
- f. Propiciar la formación social, ética, moral y demás valores del desarrollo humano.
- g. Desarrollar las habilidades comunicativas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en una lengua extranjera. *(Adicionado por la Ley 1651 de julio 12 de 2013).*

3. Objetivos específicos de la Educación Básica en el ciclo de Primaria (artículo 21, Ley 115/94).

Los cinco (5) primeros grados de la educación básica que constituyen el ciclo de primaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes:

- a. La formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática, participativa y pluralista;
- b. El fomento del deseo de saber, de la iniciativa personal frente al conocimiento y frente a la realidad social, así como del espíritu crítico;
- c. El desarrollo de las habilidades comunicativas básicas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en lengua castellana y también en la lengua materna, en el caso de los grupos étnicos con tradición lingüística propia, así como el fomento de la afición por la lectura;
- d. El desarrollo de la capacidad para apreciar y utilizar la lengua como medio de expresión estética;
- e. El desarrollo de los conocimientos matemáticos necesarios para manejar y utilizar operaciones simples de cálculo y procedimientos lógicos elementales en diferentes situaciones, así como la capacidad para solucionar problemas que impliquen estos conocimientos;
- f. La comprensión básica del medio físico, social y cultural en el nivel local, nacional y universal, de acuerdo con el desarrollo intelectual correspondiente a la edad;
- g. La asimilación de conceptos científicos en las áreas de conocimiento que sean objeto de estudio, de acuerdo con el desarrollo intelectual y la edad;
- h. La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente;
- i. El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y, conducentes a un desarrollo físico y armónico;
- j. La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;
- k. El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana;
- l. La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura;
- m. El desarrollo de habilidades de conversación, lectura y escritura al menos en una lengua extranjera. *(Modificado parcialmente por el artículo 3° de la Ley 1651 de julio 12 de 2013)*
- n. La iniciación en el conocimiento de la Constitución Política, y
- ñ. La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.
- o. La iniciación en el conocimiento crítico de la historia de Colombia y de su diversidad étnica, social y cultural como Nación. *(Literal Adicionado por el Art. 2 de la Ley 1874 de 2017)*

4. Objetivos específicos de la Educación Básica en el ciclo de Secundaria (artículo 22, Ley 115/94).

- a. El desarrollo de la capacidad para comprender textos y expresar correctamente mensajes completos, orales y escritos en la lengua castellana, así como para entender mediante un estudio sistemático, los diferentes elementos constitutivos de la lengua;
- b. La valoración y utilización de la lengua castellana como medio de expresión literaria y el estudio de la creación literaria en el país y en el mundo;
- c. El desarrollo de las capacidades para el razonamiento lógico, mediante el dominio de los sistemas numéricos, geométricos, lógicos, analíticos, de conjuntos, de operaciones y relaciones, así como la utilización en la interpretación y solución de los problemas de la ciencia, de la tecnología y los de la vida cotidiana;
- d. El avance en el conocimiento científico de los fenómenos físicos, químicos y biológicos, mediante la comprensión de las leyes, el planteamiento de problemas y la observación experimental;
- e. El desarrollo de actitudes favorables al conocimiento, valoración y conservación de la naturaleza y el ambiente;
- f. La comprensión de la dimensión práctica de los conocimientos teóricos, así como la dimensión teórica del conocimiento práctico y la capacidad para utilizarla en la solución de problemas;
- g. La iniciación de los campos más avanzados de la tecnología moderna y el entrenamiento en disciplinas, procesos y técnicas que le permitan el ejercicio de una función socialmente útil;
- h. El estudio científico de la historia nacional, latinoamericana y mundial, apoyado por otras ciencias sociales, dirigido a la comprensión y análisis crítico de los procesos sociales de nuestro país en el contexto continental y mundial. *(Literal Modificado por el Art. 3 de la Ley 1874 de 2017)*.
- i. El estudio científico del universo, de la Tierra, de su estructura física, de su división y organización política, del desarrollo económico de los países y de las diversas manifestaciones culturales de los pueblos;
- j. La formación en el ejercicio de los deberes y derechos, el conocimiento de la Constitución Política y de las relaciones internacionales;
- k. La apreciación artística, la comprensión estética, la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística y el conocimiento, valoración y respeto por los bienes artísticos y culturales;
- l. La comprensión y capacidad de expresarse en una lengua extranjera;
- m. La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella;

- n. La utilización con sentido crítico de los distintos contenidos y formas de información y la búsqueda de nuevos conocimientos con su propio esfuerzo, y
- o. La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

Objetivos específicos de la Educación Media Académica (artículo 30, Ley 115/94).

- p. La profundización en un campo de conocimiento o en una actividad específica de acuerdo con los intereses y capacidades del educando;
- q. La profundización en conocimientos avanzados en las ciencias naturales,
- r. La incorporación de la investigación al proceso cognoscitivo, tanto de laboratorio como de la realidad nacional, en sus aspectos natural, económico, político y social;
- s. El desarrollo de la capacidad para profundizar en un campo del conocimiento, de acuerdo a las potencialidades e intereses;
- t. La vinculación a programas de desarrollo y organización social y comunitaria, orientados a dar solución a los problemas sociales de su entorno;
- u. El fomento de la conciencia y de la participación responsables del educando en acciones cívicas y del servicio social;
- v. La capacidad reflexiva y crítica sobre los múltiples aspectos de la realidad y la comprensión de los valores éticos, morales, religiosos y de convivencia en sociedad;
- w. El cumplimiento de los objetivos de la educación básica contenidos en los literales b) del artículo 20, c) del artículo 21 y c), e), h), i), k), 1), ñ) del artículo 22 de la presente ley. *(Modificado parcialmente por el Artículo 5 de la Ley 1651 de 2013)*

Artículo 20 b) *Desarrollar las habilidades comunicativas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente;*

Artículo 21 c) *El desarrollo de las habilidades comunicativas básicas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en lengua castellana y también en la lengua materna, en el caso de los grupos étnicos con tradición lingüística propia, así como el fomento de la afición por la lectura;*

Artículo 22 c) *El desarrollo de las capacidades para el razonamiento lógico, mediante el dominio de los sistemas numéricos, geométricos, métricos, lógicos, analíticos, de conjuntos de operaciones y relaciones, así como para su utilización en la interpretación y solución de los problemas de la ciencia, de la tecnología y los de la vida cotidiana; e) El desarrollo de actitudes favorables al conocimiento, valoración y conservación de la naturaleza y el ambiente; h) El estudio científico de la historia nacional, latinoamericana y mundial, apoyado por otras ciencias sociales, dirigido a la comprensión y análisis crítico de los procesos sociales de nuestro país en el contexto continental y mundial. i) El estudio científico del universo, de la tierra, de su estructura física, de su división y organización política, del desarrollo económico de los países y de las diversas manifestaciones culturales de los pueblos; k) La apreciación artística, la comprensión estética, la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística y el conocimiento, valoración y respeto por los bienes artísticos y culturales; l) El desarrollo de habilidades de conversación, lectura y escritura al menos en una lengua extranjera ñ) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.*

- x. El desarrollo de las habilidades comunicativas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar, y expresarse correctamente en la lengua castellana y también en la lengua materna, en el caso de los grupos étnicos con tradición lingüística propia, así como el fomento de la afición por la lectura;
- y. El desarrollo de las capacidades para el razonamiento lógico, mediante el dominio de los sistemas numéricos, geométricos, lógicos, analíticos, de conjuntos, de operaciones y de relaciones, así como la utilización en la interpretación y solución de los problemas de la ciencia, de la tecnología y los de la vida cotidiana;
- z. El desarrollo de actitudes favorables al conocimiento, valoración y conservación de la naturaleza y el ambiente;
- aa. El estudio científico de la historia nacional y mundial dirigido a comprender el desarrollo de la sociedad, y el estudio de las ciencias sociales, con miras al análisis de las condiciones actuales de la realidad social.
- bb. El estudio científico del universo, de la tierra, de su estructura física, de su división y organización política, del desarrollo económico de los países y de las diversas manifestaciones culturales de los pueblos;
- cc. La apreciación artística, la comprensión estética la creatividad, la familiarización con los diferentes medios de expresión artística y el conocimiento, valorización y respeto por los bienes artísticos y culturales.
- dd. La educación física y la práctica de la recreación y los deportes la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

5. Objetivos de grado

Grado 1º

Socializar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorperceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades gestuales.

Grado 2º

Mejorar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorperceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades corporales.

Grado 3º

Asimilar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación funcionamiento, aplicados en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas.

Grado 4º

Fomentar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación, funcionamiento y aplicación en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Que le permitan descubrir posibilidades de movimiento con las habilidades motrices utilizando los pequeños elementos.

Grado 5º

Fortalecer la comprensión y práctica de conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos y prácticos que posibiliten vivenciar sus experiencias y habilidades en la ejecución de ejercicios gimnásticos, pre deportivo, y la expresión corporal potenciando su creatividad.

Grado 6º

Comprender, asimilar y practicar conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos, favoreciendo el desarrollo de las distintas acciones motrices desde el saber, la investigación, las prácticas físicas y lo rítmico danzaría que les permitan expresar su sentir y saber cultural.

Grado 7º

Desarrollar y alcanzar propósitos aplicativos y expositivos de conceptos corporales en su estructuración, funcionamiento y desarrollo motriz, que le permita acceder al conocimiento propio y de la motricidad como factor de potenciación de la salud desde un enfoque biopsicosocial.

Grado 8º

Realizar prácticas orientadas desde la investigación, el ser y el hacer al cuidado propio, de los compañeros y a la prevención de lesiones y utilizando el movimiento y el ritmo como medio de formación cultural y de educación de su corporeidad por medio de la realización de actividades físicas y expresiones rítmicas danzarías.

Grado 9º

Potenciar el afianzamiento de las habilidades básicas y el desarrollo de las capacidades perceptivas motrices y coordinativas adquiriendo las habilidades motrices específicas que se requieren para la realización de movimientos rítmicos y práctica física personal de los diferentes deportes.

Grado 10º

Afianzar procesos físicos, con la finalidad de alcanzar un mejor desarrollo en cada uno de los aspectos que se proponen y se fortalecen en las diferentes transformaciones conceptuales y prácticas a nivel corporal, basados en elementos, que enriquezcan el buen desarrollo motor de los jóvenes.

Grado 11º

Poseer autonomía y responsabilidad para diseñar, fomentar y aplicar programas de actividad física que permitan la conservación de la salud física y mental, dominando conceptos básicos de planeación, organización y ejecución de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico.

6. Referentes conceptuales

a. Fundamentos lógico-disciplinarios

Los fines de la Educación Colombiana tienen como propósito formar un individuo que encaje en la formación y desarrollo para el país; es así como el área de la Educación Física debe trascender y transformar al individuo mismo, hacia esa gran meta partiendo desde el entorno y prueba de ello es que el área misma se reconoce como un derecho del individuo ya que forma parte fundamental de las diversas disciplinas educativas, siempre y cuando se haga merecedora de múltiples posibilidades a nivel: axiológico, laboral, deportivo, cultural, recreativo, lúdico, profesional, etc., donde los procesos involucren al individuo a generar otros campos de acción que por inconformistas, necesidades y expectativas no satisfechas lo lleven a crear, indagar, investigar y generar perfiles hacia la valoración personal, su medio ambiente y el contexto social por medio del área de la educación física vivida y compartida.

En los fines que se resaltan se encuentra enmarcada la filosofía institucional:

- El individuo en el área experimenta el desarrollo de la libre personalidad mediante actividades lúdicas.
- Fortalece la formación integral del individuo en el aspecto social, moral, socio afectivo y psicomotor; mediante el conocimiento de su cuerpo y actividades complementarias como juegos, dinámicas y disciplinas deportivas.
- Conduce a Concientizar al individuo de la importancia de la parte nutricional para alcanzar un buen desarrollo psicomotor

- A medida que el hombre enriquece más sus conocimientos, la Educación Física avanza con nuevas tecnologías aplicadas a nuevos deportes y al fortalecimiento de las existentes; con modificaciones a las reglamentaciones y aportes científicos como la medicina deportiva.
- La Educación Física se desarrolla y se fortalece en la mezcla y práctica de los diferentes juegos y tradiciones culturales del país
- A través del área el individuo adquiere unos conocimientos teórico práctico que le permiten un mejor desempeño social y económico.
- El individuo a través del área adquiere hábitos para prevenir, mantener y mejorar un buen estado de salud mediante ejercicios que desarrollen sus capacidades físicas.
- A través del área el individuo toma conciencia de la importancia de la higiene en el ser humano a través de la buena presentación personal, el buen uso de los implementos productivos y deportivos a nivel individual y grupal, para un mejor desempeño en sus actividades sociales y de protección al medio ambiente

a. Fundamentos lógico-disciplinares del área

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

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

Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad

y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:

- Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.
- Adquirir los conocimientos fundamentales y las habilidades y destrezas básicas, que además de prepararlo para continuar estudios superiores, lo orienten hacia un campo de trabajo.

- Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.
- Adquirir suficientes elementos de juicio para orientar su vida y tomar decisiones responsables.

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

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

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

Con la expedición de la Constitución Nacional en 1991, se reconoce la educación física como práctica social que favorece la formación de los ciudadanos y como práctica educativa que permite la formación integral; mientras que, con la expedición de la Ley General de Educación en el año 1994, la educación física adquiere su carácter de obligatoria y fundamental para alcanzar los objetivos de la educación.

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

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

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

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

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

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

Esta estrategia abierta a la participación de docentes de primaria y licenciados en el área de bachillerato fue generando líneas de acción 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.

b. Normas técnico-legales

La Educación Física ha sido orientada, a través de la historia, por objetivos diversos según los intereses de los políticos de turno, lo cual le ha obstaculizado en gran medida sin que hasta ahora haya habido verdaderos procesos de desarrollo que le permitan ocupar el verdadero lugar que merece en el currículo escolar. Igualmente, quienes la han servido han sido inferiores al compromiso adquirido y sólo se han remitido a vivir de ella y no a proyectarla en sus verdaderas dimensiones y posibilidades en su papel fundamental en el desarrollo integral del ser humano.

Con el nacimiento de La Colonia su papel fue lograr a través de juegos, que los indígenas recuperaran el vigor, la alegría, la salud y la capacidad de trabajo.

A comienzos de La República su misión fue preparar a los escolares física y militarmente para defender al país en caso de un intento de reconquista de España.

El concepto de Educación Física estaba muy ligado al de la vida diaria e integrado al de la filosofía general de la vida; relacionado con la moral necesaria para la construcción de la nación y una formación militar e identidad con la patria naciente.

En el año de 1844 Mariano Ospina Rodríguez legisla por primera vez en actividades gimnásticas, teniendo en cuenta la edad y la fuerza de los niños. Igualmente ellos deben ser un medio de recreo y no obligación y serán presididos por el director; que debe impedir que los niños se estropeen y se ofendan.

En el año de 1871 a la Educación Física se le entrega el cuerpo como objeto de adiestramiento "se define la Educación Física como una rama de la educación que tiene por objeto esencial formar los diferentes órganos del cuerpo".

Incluyendo la instrucción militar a la par con la formación del cuerpo y el espíritu. Las continuas guerras que le tocaba vivir al país hacían que la educación física siempre estuviera ligada a lo militar.

Algunos de los principales libros que abordan la Educación Física, son manuales europeos traducidos al español; como el tratado teórico y práctico de gimnasia: traducción del francés por el hermano Luis Leonel (1872) que plantea que la enseñanza de la gimnasia tiene 3 partes. 1) Las diversas posiciones del cuerpo para cada ejercicio; 2) La manera de variar los ejercicios, y 3) el discernimiento para apropiarlos a los efectos saludables que deben producir con el objeto de "dar fuerzas en lo moral y en lo físico, para contribuir al bien general; la prosperidad pública tiene su fuente en la de cada uno de sus miembros" se expresa en el tratado la existencia de tendencias de la educación física basada en la fuerza y el vigor y una educación física orientada a lo estético.

En esta época se aprecia una política centrada en el cuerpo cuya instrucción va a ser fundamental de la personalidad del ciudadano.

A través de la ley 92 del 13 de noviembre de 1888 se reorganiza la instrucción pública, ordenándose la gimnasia como área obligatoria de colegios y universidades públicas y privadas y se difunden manuales para orientarla.

El objeto de la Educación Física en las tres primeras décadas integró la moral, el orden y la higiene orientados por la iglesia, la nación y la salud pública. En esta época los médicos ejercieron una particular influencia sobre la educación.

Al finalizar la guerra de los mil días a la Educación Física se le asigna una misión centrada a promover el juego en la escuela activa y a servir de estrategia para el empleo del tiempo libre en las nuevas condiciones de/urbanización y naciente industrialización del país.

En esta época se inicia una diferenciación entre los colegios privados y los públicos, en los colegios privados la orientación se basa en la higiene, disciplina y cuidado de su cuerpo a través de la gimnasia. Los colegios privados dirigidos por los hermanos cristianos y la comunidad Salesiana, por un lado y los regentados por particulares la orientaron hacia la práctica de los deportes como actividad casi exclusiva de los aristócratas de la ciudad de Bogotá.

En el año 1920 la gimnasia europea tiene una gran influencia en la Educación Física colombiana, las revistas gimnásticas son acontecimientos de gran importancia cívica.

Igualmente, la moral, lo espiritual y la medicina mediante evaluaciones antropométricas señalan el derrotero de los test como característica de la evaluación.

La Ley 80 de 1925 adopta la Educación Física como política de Estado

El progreso de las ciencias biológicas coloca a la Educación Física como factor importante en el progreso de los pueblos y en el bienestar y felicidad de los individuos.

La Ley 80 tuvo como base a la legislación uruguaya, mareando una etapa de cambio con la asesoría extranjera, especialmente alemana, en el año de 1926 el gobierno contrata al alemán Hans Huber quien luego de dictar capacitaciones y clases de gimnasia es incorporado como profesor de Educación Física en el Instituto Pedagógico Nacional encargado de la formación de maestras que posteriormente reproducen los programas en los seis años de educación con dos horas semanales mediante ejercicios de gimnasia corporal, ejercicios de gimnasia con aparatos, deportes, juegos, ejercicios de andar, saltar, correr, natación y paseos.

Formación profesional de profesores de Educación Física

En el año de 1936 el Ministro de Educación Darío Echandía, propone la restauración del niño a nivel fisiológico como medio de prevención y preparación intensa que le permita como futuro ciudadano defenderse en lo físico, en lo moral y en lo social y le atribuye a la educación física un papel fundamental en el logro de estas metas, igualmente implementa o crea el Instituto Nacional de Educación Física para la formación de profesores, con buena asignación de recursos y dependiente de manera directa del despacho del Ministro de Educación. Después de varios traslados se ubica en la Universidad Pedagógica Nacional, y se crea la Asociación de Profesores de Educación Física que desde su formación ha colaborado en forma activa en el desarrollo académico y pedagógico del área.

En los años cuarenta la Educación Física tiene una tendencia más ligada a los procesos de formación cívica y social relacionada con eventos masivos y patrióticos.

En el año de 1951 mediante resolución 251 se establecen planes y programas para la Educación Física en los planteles normalistas del país a través de actividades de carácter más técnico que incluyen softbol, basquetbol, voleibol y atletismo. Para hombres béisbol y fútbol como actividades atlético-deportivas, y en las actividades gimnásticas incluía la enseñanza de los ejercicios con o sin aparatos de los sistemas sueco, natural y alemán; gimnasia de desarrollo, ¡correctiva, rítmica y postural y las danzas (para las mujeres).

En los años sesenta la Educación Física empieza a diversificarse, se precisan las formas de organización escolar, la evaluación, el uso de uniformes y la formación especializada de los maestros.

Mediante la resolución 2011 de 1967 se adopta el programa de Educación Física para la enseñanza media que tiene como propósito elevar el nivel de rendimiento de la juventud a través del planteamiento de objetivos inmediatos y mediatos, de carácter general y por grados. La estructura del programa comprende: La **gimnasia** con ejercicios de orden, locomoción, posiciones fundamentales, ejercicios localizados, ejercicios de libre iniciativa por parte del alumno, ejercicios de agilidad y destreza para damas, trabajos por grupos y evaluación. **Atletismo**: velocidad, saltos, lanzamiento. **Deportes**: Baloncesto, voleibol, fútbol, de los cuales se enseñan destrezas, juegos de aplicación, competencias adaptadas, información empírica sobre reglamento y evaluación. **Danzas nacionales**: Sólo para de más, es decir, para colegios femeninos.

En esta época se centra la atención en lo técnico práctico del deporte, se da una diferenciación respecto a hombres y mujeres y el papel disciplinario. Se inicia una influencia de la Educación Física norteamericana y la evaluación se realiza a través del test de AAHPER.

En los años setenta se consolida la orientación deportiva y la psicomotricidad para la secundaria y la primaria respectivamente. Se fortalecen los juegos escolares y los inter colegiados y las actividades recreativas y de tiempo libre, que se constituyen como componentes del estímulo y adquieren base legal tanto con la Ley 115 de 1994 como en la Ley 181 de 1995, tendiéndose con ello a la deportivización de la Educación Física a través de la cual con la creación en 1971 de Coldeportes, se pretende detectar talentos y futuras figuras de diferentes modalidades deportivas, situación que empobrece su función formativa debido a las limitaciones de espacios y materiales, al igual que los intereses de los estudiantes y la diversidad de capacidades heterogéneas de ellos. La práctica se reduce a la repetición mecánica de algunos fundamentos que no se relacionan con las distintas dimensiones de formación humana y social.

A partir de allí la Asociación Colombiana de Profesores de Educación Física genera un replanteamiento pedagógico de la Educación Física lo que genera una transformación en la década de los noventa que busca generar unas mejores condiciones de ampliación de participación, la igualdad entre las relaciones hombre y mujer y respeto por el ambiente, el crecimiento de la cultura, urbana, etc. que generan unas nuevas condiciones a las cuales tratan de responder los cambios promovidos por la ley 60 de 1993, la Ley 115 de 1994, el Decreto 1860 de 1995 y la Resolución 2343 de 1996.

Hoy día se presentan como problemas centrales de la Educación Física el tema del cuerpo, del tiempo y del espacio como nuevas perspectivas en el desarrollo del ser humano.

Es claro también, que el área se fortalece en la ley 0934 de 2004 donde se prioriza su estructura y ejecución de los programas de Educación Física de las Instituciones Educativas, desde su PEI.

Desde la Ley General de Educación hasta cada una de las leyes, decretos, directivas ministeriales y acuerdos que establecen todos aquellos aspectos relevantes que soportan la planeación e implementación de la Educación Física, dentro de los procesos formativos

de los estudiantes (no solo desde la perspectiva de cuerpo y movimiento, sino desde las dimensiones esenciales del individuo, como ser social, intelectual, creativo, político, afectivo, moral y lúdico), e

El área de la Educación Física se convierte en un medio para enseñar al estudiante a ser un mejor individuo, ciudadano y un investigador de su propio ser en beneficio de una mejor ciudad. Como lo plantea la Ley 115 de 1994 en el artículo 5, los fines de la educación son:

- “La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad”.
- “La formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación”.
- “La formación en el respeto a la autoridad legítima y a la ley, a la cultura nacional, a la historia colombiana y a los símbolos patrios”.
- “La adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber”.
- “El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país como fundamento de la unidad nacional y de su identidad”.
- “El acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el fomento de la investigación y el estímulo a la creación artística en sus diferentes manifestaciones”.
- “La creación y el fomento de una conciencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad y la integración con el mundo, en especial con Latinoamérica y el Caribe”.
- “El desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional, orientado con prioridad al mejoramiento cultural, y de la calidad de la vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país”.
- “La adquisición de una conciencia para la conservación, la protección y el mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y de la defensa del patrimonio cultural de la nación”.

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

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

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

- “Los procesos curriculares son espacios para la creatividad, la crítica y la generación de innovaciones”.
- “El currículo como proyecto pedagógico y cultural señala un amplio horizonte de acción de la educación física”.
- “La toma de decisiones en la orientación, elaboración, puesta en práctica y evaluación y transformación del currículo debe ser participativa y democrática”.

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

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

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

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

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

Así las cosas, las mallas que se presentan a continuación están estructuradas teniendo como base las normas técnicas curriculares del área de Educación Física, de la siguiente forma: se plantea tres objetivos para cada grado, desde la integración de las tres competencias específicas del área; estos objetivos se relacionan directamente con los del ciclo en general, pues al final de este se pretende que el estudiante se acerque a unos aprendizajes específicos correspondientes a dicho ciclo. Desde estos objetivos se presenta la selección de los estándares por cada grado, atendiendo a su coherencia e intentando no repetir algunos procesos que son específicos por grado y periodo. Por último, se establece un diálogo entre los estándares del grado y periodo, con los objetivos del grado y las competencias específicas del área, a partir de la formulación de una pregunta problematizadora por periodo que, al leerse en el contexto de las demás preguntas para el grado y el ciclo, termina convirtiéndose en un elemento generador de las preguntas específicas que luego harán los maestros junto con sus estudiantes y en los contextos del aula; así pues, estas preguntas se articulan con los aprendizajes significativos contemplados en el área y que están expresados en los indicadores de desempeño de cada periodo.

c. Fundamentos pedagógico-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 democracia, el arraigo y la potencialización del sujeto” (Arboleda, 2010, p. 20).

Si la educación física, como disciplina pedagógica, es la ciencia y el arte de ayudar a los sujetos en el desarrollo intencional (armonioso, natural y progresivo) de sus facultades de movimiento y de sus facultades personales (González, 1993 citado por Chaverra et al., 2010), entonces desde esa mirada, se puede considerar que la educación física pretende “la formación del ser humano, por medio de la motricidad, entendiendo esta última como medio y fin en sí misma, como vivencia del cuerpo. La motricidad comprende la expresión

motriz intencionada de percepciones, emociones, sentimientos, conocimientos y operaciones cognitivas con el objeto de lograr potencialidades que conduzcan al perfeccionamiento del ser humano” (Chaverra et al., 2010, p. 37).

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

- “Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano. Esto exige la formación de actitudes y modos de actuar que otorguen sentido a las prácticas, técnicas, los saberes y hábitos de actividad motriz, al hacer énfasis en acciones preventivas y participativas que fomenten la cooperación y la solidaridad”.
- “Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad, desarrollo del pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices como, por ejemplo, la resolución de problemas relacionados con la anticipación, la destreza operativa y el sentido crítico, que sean capacidades requeridas durante los procesos de abstracción y generalización para la toma de decisiones”.
- “Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas. Educación de la sensibilidad y el desarrollo del lenguaje corporal”.
- “Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz. Base de la convivencia ciudadana, como el respeto a la diferencia, a la libre elección y a la participación en decisiones de interés general”.
- “Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente. Se generan vivencias, exploraciones, experiencias, conocimientos y técnicas que disponen al estudiante como un ser que se desarrolla en un medio ambiente y en virtud de ello es responsable del cuidado de este, su recuperación y protección”.
- “Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte. Esta disciplina involucra componentes fundantes de la naturaleza humana, de modo que el trabajo pedagógico dirigido a cada ser humano en particular debe adaptarse a sus necesidades”.

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

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

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

Finalmente, en líneas apretadas, debe enfrentarse las incertidumbres, enseñar la comprensión y responder a la ética del género humano desde la educación física. Esto supone el enfrentamiento de obstáculos y la superación de retos desde el reconocimiento de sí mismo y el respeto por los otros, la comprensión de la condición humana, de la configuración del planeta y el respeto por el espacio físico y vital que habitamos. Pues "individuo - sociedad - especie son no solamente inseparables sino coproductores el uno del otro.

Cada uno de estos términos es a la vez medio y fin de los otros. No se puede absolutizar a ninguno y hacer de uno solo el fin supremo de la tríada” (Morín, 1999, p. 54).

Orientaciones didácticas: estilos de enseñanza

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

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

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

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

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

- Enseñanza recíproca: se caracteriza por el momento de la evaluación. Los estudiantes organizados por parejas o tríos realizan observaciones a sus pares mientras ejecutan las tareas asignadas por el profesor. Además de las correcciones que el compañero pueda brindar, él mismo corrige sus ejecuciones a partir de lo observado en sus pares. Aquí el profesor tendrá más posibilidad de corrección a los estudiantes en sus ejecuciones debido al tiempo que tiene para la observación individual.
- La enseñanza en pequeños grupos: los grupos están organizados por más de dos estudiantes, lo que supone una mayor participación de los mismos. El profesor se convierte en un tutor, asesor que acompaña el desarrollo de las actividades definidas por los estudiantes. Este estilo permita una mayor comunicación, autonomía y responsabilidad de los estudiantes, es aconsejable en clases donde el número de participantes es muy numeroso y el espacio reducido.
- Micro enseñanza: es muy similar a la anterior, en este caso el profesor proporciona información a un número de estudiantes para que estos luego la transmitan a otro número de estudiantes previamente organizados. El profesor permite la participación de los estudiantes previamente informados en las variantes y otros aspectos que considere importantes.

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

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

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

- El descubrimiento guiado: se fundamenta en los procesos cognitivos que pueden desarrollarse en la práctica de la educación física. El profesor no da las respuestas, sino que el alumno busca responder para alcanzar un objetivo determinado. En esa línea, se define el objeto de aprendizaje para luego estructurar las etapas que permitan dar solución final. Este estilo se recomienda para que el estudiante descubra conceptos básicos relacionados con su corporalidad y con su motricidad.
- Resolución de problemas: se pretende que el estudiante dé respuestas motrices con total autonomía e independencia. El profesor interviene en el diseño de los problemas, estos últimos deben estar determinados a partir de las experiencias y los intereses de los estudiantes.

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

d. Intensidad del área

La intensidad horaria en la I.E. San Roberto Belarmino, se define teniendo en cuenta la Ley general de educación 115 de 1.994, líneas orientativas para su desarrollo, en conjunto con las demás áreas de currículo académico, en las cuales se les asigna el número de horas semanales, buscando la formación integral en los estudiantes, desde una perspectiva inclusiva.

Para el área de Educación Física, Recreación y Deportes, se establece que, en los grados de primero a tercero de primaria, se trabaje tres (3) horas semanales, fundamentadas en el aprendizaje lúdico, transversalizado con las demás áreas curriculares. En los grados cuarto y quinto de primaria, se trabaje dos (2) horas semanales, orientado al fortalecimiento del ejercicio físico básico y prácticas de iniciación deportiva, y en los grados de sexto a undécimo de bachillerato se trabaje dos (2) horas semanales, enfatizando un trabajo estructurado en ejes temáticos como el acondicionamiento físico, la práctica deportiva y el ritmo coordinativo corporal.

7. Mallas Curriculares por periodos y grados e integración curricular
PERIODO 1

ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACIÓN FISICA	GRADO: PRIMERO	INTENSIDAD HORARIA: 3 HORAS SEMANALES.
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Socializar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorperceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades gestuales. • Reconoce posibilidades corpóreas 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador– bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Afianzar el trabajo colaborativo entre los niños, basado en el respeto por el otro desde la diferencia en su capacidad física.	Organizacional: Identificar y reconocer mi cuerpo, para estimular el desarrollo de mis habilidades motrices básicas en cada situación (familiares, escolares, con pares).
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Primeros hábitos de la vida social, higiénicos y comportamentales para realizar una actividad física.	Identifica y afianza las diferentes partes del cuerpo, respetándose a sí mismo y a los demás en un entorno social	Corporeidad
Comunicador _ Lúdico	Nombra e identifica las diferentes partes del cuerpo, relacionándolos con sus cinco sentidos	Realiza identificación segmentaria y comparte con sus pares, el conocimiento adquirido de su cuerpo	Cuerpo y crecimiento

Kinestésico y de movimiento.	Rondas y juegos que integren el esquema corporal. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Ubica su cuerpo en el espacio y en relación con los objetos Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Juego motor – rol
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Reconoce y nombra diferentes segmentos corporales en tareas variadas	Sigue orientaciones y domina habilidades básicas de movimiento, al realizar actividades que involucren manejo corporal segmentario y general	Ubica el cuerpo en el espacio con relación a los objetos.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.			
<ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como un espacio propio que no debe ser intervenido por otro 			
Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética			
Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores			

PERIODO 2

AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: PRIMERO	
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Socializar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorio-perceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades gestuales. Fortalecer el auto-dinamismo y confianza en sí mismo. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Conocer el cuerpo, permitiendo mejorar las actividades coordinativas propias, respetando a su par.	Organizacional: Identificar elementos que pueden mejorar una situación dada.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Desplazamientos del cuerpo: pruebas y competencias	Exploran posibilidades de movimientos en sus cuerpos a nivel global segmentario	Introyección motriz
Comunicativo – Lúdico	Manejo de extremidades e implementos con un solo pie, una sola mano, con ambas.	Exploran técnicas corporales de tensión relajación y control del cuerpo	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Equilibrio con y sin objetos en la mano, al pasar de un lado a otro Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física,	Realizan distintas posturas en estado de quietud y movimiento Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar	Juego motor

	como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	con su entorno primario y secundario.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER
Realiza distintas posturas en estado estático y dinámico del movimiento.		Explora posibilidades de movimiento en su cuerpo a nivel global y segmentario.	Explora técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo. <ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como un espacio propio que no debe ser intervenido por otro Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores			

PERIODO 3		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: PRIMERO	
OBJETIVO DE GRADO:		
<ul style="list-style-type: none"> • Socializar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorio-perceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades gestuales. • Contribuir al desarrollo de la coordinación general. 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES

Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de Movimiento.		Emplear habilidades básicas corporales, para ponerlas al servicio de los demás, desde el trabajo con o sin elementos.	Organizacional: Desarrollar la motricidad y creatividad, a través de las formas jugadas con diferentes elementos en el entorno.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Mejoro mis habilidades con diferentes elementos, que me permitan relacionarme con los demás.	Desarrolla la coordinación viso-manual con variación de niveles de ejecución, distancia y elementos.	Habilidades motoras básicas
Comunicativo – Lúdico	Participo de actividades que generen experiencias relacionales desde mis patrones fundamentales de movimiento	Fortalece la coordinación general, en los diferentes gestos y formas de movimiento con variaciones de espacio y tiempo.	Expresión motriz
Kinestésico y de movimiento.	Experimento otras posibilidades de movimiento con los diferentes elementos. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Explora y mejora el esquema corporal y el ajuste postural, en las distintas prácticas físicas lúdico recreativas. Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Juego motor básico
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Demuestra coordinación al desplazarse e interactuar con los	Interioriza las normas dadas para integrarse con facilidad	Realiza acciones motrices, siguiendo las orientaciones que se le dan.	

distintos elementos desde el juego y las rondas infantiles.	en las diferentes actividades.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como propio desde el auto cuidado 		
Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética		
Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores		

PERIODO 4			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: PRIMERO	
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Socializar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorperceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades gestuales. • Adquirir elementos para poner mi cuerpo en escena, redescubriendo mi rol y el de los demás 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Buscar el juego como medio socializador con los compañeros, para mejorar las relaciones interpersonales.	Organizacional: Seleccionar la forma de solución más adecuada en las diferentes situaciones.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA

Integrador – bio psicosocial	Juegos de relevos, actividades lúdicas, individuales y colectivas	Exploran la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales	Habilidades básicas
Comunicativo – Lúdico	Elaboración y participación en los juegos de calle, piso y mesa	Exploran diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con sus posibilidades	Experiencia motriz
Kinestésico y de movimiento.	Realización de juegos en equipo que implican cooperación y oposición	Participan en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase	Juego motor

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Explora diversas actividades físicas que estén de acuerdo con sus posibilidades de movimiento.	Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase	Explora la práctica de diferentes juegos deportivos, individuales y grupales.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como un espacio propio de auto cuidado <p>Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores</p>

MALLA CURRICULAR PRIMARIA.

PERIODO 1			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEGUNDO	INTENSIDAD HORARIA: 3 HORAS SEMANALES.
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Mejorar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorio-perceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades corporales. Mejorar la coordinación neuromotora. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Ejecutar actividades de tipo grupal e individual que le permitan interactuar consigo mismo y con el entorno.	Organizacional: Identificar los comportamientos apropiados para cada situación (familiares, escolares, pares).
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Reconocimiento del cuerpo: extremidades superiores, inferiores, plano bajo, medio y alto	Atienden las indicaciones para realizar calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la educación física	Corporeidad
Comunicador _ Lúdico	Primeros hábitos de vida social y comportamental para realizar una actividad física.	Siguen orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Introyección motriz
	Rondas y juegos que integren el esquema corporal.	Ubica su cuerpo en el espacio y en relación con los objetos	Juego motor

Kinestésico y de movimiento.	Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Sigue orientaciones básicas en los temas de hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Reconoce los primeros hábitos de vida social y comportamental al realizar una actividad física	Comprende las indicaciones para realizar calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la educación física	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.			
<ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como un espacio propio que no debe ni puede ser intervenido por el otro Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores			

PERIODO 2	
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEGUNDO
OBJETIVO DE GRADO:	

- Mejorar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorio-perceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades corporales.
- Fomentar la buena postura durante las actividades en el aula y en espacio libre

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Utilizar sus capacidades físicas de acuerdo a las exigencias del entorno social.	Organizacional: Superar las debilidades para fortalecer el desarrollo de las diferentes actividades.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Desarrollo de la coordinación, equilibrio y ritmo	Exploran formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos o sin ellos	Habilidades básicas
Comunicativo - Lúdico	Actividades y movimientos gimnásticos básicos (correr, rollos, equilibrios).	Exploran formas básicas de movimiento aplicadas a forma y modalidades gimnásticas.	Expresión motriz
Kinestésico y de movimiento.	Movimientos corporales combinados, exploración de diferentes formas de equilibrio corporal. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Exploran técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Adaptación motriz

INDICADORES DE DESEMPEÑO		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Explora habilidades básicas de movimiento aplicadas a formas y modalidades gimnásticas.	Ejecuta técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo	Socializa formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos o sin ellos.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como un espacio propio que no debe ni puede ser intervenido por el otro <p>Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores</p>		

PERIODO 3		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEGUNDO	
<p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mejorar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades corporales. • Desarrollar las acciones y destrezas naturales del cuerpo. 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Reconocer e identificar lo que le rodea, para ser compartido con sus compañeros en las actividades lúdico-recreativas en su entorno social.	Organizacional: Identificar emociones y reconocer su influencia en el comportamiento y decisiones.

COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Exploración de actividades lúdicas y recreativas individuales y colectivos	Exploran cambios fisiológicos que se presentan entre actividades física-pausa-actividad física	Habilidades básicas
Comunicativo - Lúdico	Intercambio de capacidades para comparar nivel	Exploran pruebas de medición de sus capacidades físicas con sus pares	Experiencia motriz
Kinestésico y de movimiento.	Actividades para desarrollar habilidades básicas Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Exploran sus capacidades físicas en diversidades de juegos y actividades Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Juego motor
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Interpreta pruebas de medición de sus capacidades físicas con sus pares en la interpretación de rondas infantiles y juegos de acción motriz.	Explora sus capacidades físicas en diversidad de juegos, rondas y actividades.	Evidencia cambios fisiológicos que se presentan al realizar las diferentes actividades.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo como un espacio propio que puede interactuar con el otro desde diferentes perspectivas 			

Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética
 Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores

PERIODO 4

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: SEGUNDO

OBJETIVO DE GRADO:

- Mejorar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación y funcionamiento, con el objeto de ampliar las posibilidades sensorperceptivas como principal medio de aprehensión de la realidad y enriquecer las posibilidades expresivas de niños(as) por medio de las actividades corporales.
- Explorar los diferentes ritmos de los ejercicios.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Ajustar movimientos espontáneos y convencionales a secuencias motrices básicas, desarrolladas en su entorno.	Organizacional: Asumir las consecuencias de las propias acciones, en busca de una mejor y mayor participación de las actividades.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Juegos de aprovechamiento libre	Juegan de acuerdo con sus preferencias en el contexto escolar.	Juego motor
Comunicativo - Lúdico	Clasificación de los juegos: realizar actividades de exploración.	Exploran el juego como un momento especial en la escuela	Experiencia motriz
Kinestésico y de movimiento.	Exploración dancística: pasos básicos de danza	Exploran prácticas de tradición de danzas y lúdicas de la familia.	Habilidades básicas

INDICADORES DE DESEMPEÑO		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Explora el juego como un momento especial en la escuela.	Socializa y ejecuta prácticas de tradición de danza y lúdica de la familia.	Juega de acuerdo con sus preferencias en el contexto escolar.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo cuido mi cuerpo: Reconocimiento del cuerpo y auto cuidado para interactuar con el otro desde diferentes perspectivas. <p>Áreas: Edu. Física – Ciencias Naturales – Ética Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad - Valores</p>		

MALLA CURRICULAR PRIMARIA.			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: TERCERO	INTENSIDAD HORARIA: 3 HORAS SEMANALES.
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Asimilar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación funcionamiento, aplicados en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. • Fortalecer la coordinación neuromuscular durante las actividades físicas. 			
PERIODO 1			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES

Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Identificar y aplicar movimientos básicos de postura, lateralidad y expresión corporal con respeto por el trabajo propio y de los demás.	Organizacional: Reconocer los problemas que surgen del uso y disposición de las distintas clases de recursos del entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio)
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Dominio del ajuste postural y expresión corporal, por medio de la realización de diferentes practicas motrices.	Siguen orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Adaptación motriz
Comunicador _ Lúdico	Ejercicios pre -deportivos y juegos lúdicos que requieren de hidratación antes, durante y después de cada actividad.	Atienden las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación, al finalizar la actividad física.	Juego motor
Kinestésico y de movimiento.	Rondas y juegos que integren el esquema corporal. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Ubica su cuerpo en el espacio y en relación con los objetos Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Habilidades básicas
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	

Asimila las indicaciones para realizar el calentamiento y la recuperación al finalizar la actividad	Comprende las orientaciones de hidratación nutrición e higiene para su adecuado desarrollo de la actividad	Ubica su cuerpo en el espacio en relación con los objetos.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en la participación democrática de distintas actividades 		
Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales		
Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia		

PERIODO 2		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: TERCERO	
OBJETIVO DE GRADO:		
<ul style="list-style-type: none"> Asimilar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación funcionamiento, aplicados en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Mejorar el desarrollo sicomotor del niño, a partir de patrones básicos de movimiento. 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Proporcionar elementos básicos de trabajo físico para conservar la armonía dentro del proceso formativo.	Organizacional:

			Comprender el impacto de las acciones individuales frente a la colectividad
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Manipulación y uso de diferentes elementos en el espacio y tiempo (aros, pelotas, cuerdas, etc.)	Exploran formas básicas de movimiento, aplicados a formas y modalidades gimnásticas básicas.	Habilidades básicas
Comunicativo -Lúdico	Desarrollo de actividades que impliquen espacialidad, temporalidad, lateralidad y direccionalidad.	Atienden a la realización de movimientos adecuados, utilizando el tren superior e inferior.	Adaptación motriz
Kinestésico y de movimiento.	Realizar actividades gimnásticas que impliquen ubicación, estados de excitación y relajación. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Realizan en forma adecuada los diferentes gestos técnicos, mejorando sus capacidades físicas básicas. Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Juego motor
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Interpreta la realización de movimientos adecuados, utilizando el tren superior e inferior.	Realiza en forma adecuada los diferentes gestos técnicos, mejorando sus capacidades físicas básicas	Explora formas básicas de movimiento, aplicados a formas y modalidades gimnásticas.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			

Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.

- Somos distintos: Igualdad de género en la participación democrática de distintas actividades.
Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales
Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia

PERIODO 3

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: TERCERO

OBJETIVO DE GRADO:

- Asimilar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación funcionamiento, aplicados en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas.
- Aplicar habilidades perceptivas motoras, relacionadas con el conocimiento y dominio corporal.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Manejar habilidades y destrezas básicas, que permiten integrarse en la práctica de actividades de carácter deportivo y lúdico recreativo con sus semejantes.	Organizacional: Respetar y comprender los puntos de vista de los otros, aunque esté en desacuerdo con ellos.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Realización de actividades lúdicas con o sin implementos	Exploran cambios físicos que se presentan durante las actividades físicas.	Habilidades básicas
Comunicativo – Lúdico	Participación en las actividades pre deportivas propuestas en la clase.	Exploran manifestaciones expresivas para comunicar sus emociones con relación a la actividad física, los movimientos y los juegos.	Juego motor

Kinestésico y de movimiento.	Organización y ejecución de juegos pre deportivos como iniciación a los deportes (mini futbol, mini voleibol, mini baloncesto, mini béisbol, etc.) Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Participa activamente en los juegos pre deportivos y ejecuciones de diferentes actividades físico motriz. Practica actividades lúdicas desde la actividad física para interactuar con su entorno primario y secundario.	Expresión motriz
------------------------------	---	--	------------------

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Explora manifestaciones expresivas para comunicar sus emociones con relación a la actividad física, los movimientos rítmicos y los juegos.	Participa activamente en los juegos pre deportivos y ejecuciones de diferentes actividades físico motrices.	Evidencia cambios físicos que se presentan durante las actividades físicas.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en las diferentes participaciones de actividad física <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales</p> <p>Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia</p>

PERIODO 4

AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: TERCERO
-------------------------------	-----------------------

OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Asimilar conceptos básicos corporales y prácticas motrices básicas en su conformación funcionamiento, aplicados en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Realizar Posturas que permitan diferente amplitud de movimiento durante los ejercicios y actividades. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Respetar las reglas que rigen y orientan las determinaciones en cada proceso físico a desarrollar.	Organizacional: Identificar actitudes, valores y comportamientos que deba mejorar o cambiar
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Juegos de piso, diversión y aprendizaje infantil.	Identifican sus capacidades físicas, a través del esfuerzo que realizan en la actividad física.	Juego motor
Comunicativo – Lúdico	Juegos tradicionales, de la calle, recreativos y pre deportivos.	Participan en las actividades lúdicas, cumpliendo las normas básicas.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Juegos reglados, de persecución, modificados.	Exploran juegos y actividades físicas, de acuerdo con sus edades y posibilidades.	Expresión motriz
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER

Explora juegos y actividades físicas, de acuerdo con su edad biológica y posibilidades de movimiento.	Participa en las actividades lúdicas, cumpliendo las normas básicas	Identifica sus capacidades físicas, a través del esfuerzo que realizan en la actividad física.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en las diferentes participaciones de prácticas físicas <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia</p>		

MALLA CURRICULAR PRIMARIA.			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO CUARTO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Fomentar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación, funcionamiento y aplicación en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Que le permitan descubrir posibilidades de movimiento con las habilidades motrices utilizando los pequeños elementos. Implementar el Cuidado estético de los ejercicios, aplicando amplitud de movimiento, planos corporales, lateralización, segmentos corporales. 			
PERIODO 1			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES	

Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Fomentar una actitud y aptitud sicomotriz básica que priorice el buen desarrollo corporal propio y con sus semejantes.	Organizacional: Desarrollar tareas y acciones con otros (pares, conocidos).
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Realiza calentamiento en forma adecuada, con vuelta a la calma al finalizar la actividad.	Identifican movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física, teniendo en cuenta los ejes de movimiento y los planos corporales.	Experiencia motriz
Comunicador _ Lúdico	Conducta de entrada y recomendaciones generales para la clase, teniendo en cuenta la hidratación durante y después de la actividad física.	Identifican hábitos de comportamiento saludables, para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Aplicación de formaciones y sistemas. Aplicación de la forma correcta al realizar los ejercicios y los movimientos. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y	Relacionan variaciones en la respiración durante la actividad física y la relajación. Practica de actividades físicas, lúdicas, formativas y deportivas en su entorno, para el fortalecimiento de su desarrollo físico y mental.	Juego motor

	fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.		
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Relaciona variaciones en la respiración durante la actividad física y la relajación.	Identifica hábitos de comportamiento saludables, para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Identifica movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física, teniendo en cuenta los ejes de movimiento y los planos corporales.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo. <ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en la participación democrática en distintas actividades Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia 			

PERIODO 2		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: CUARTO	
OBJETIVO DE GRADO:		
<ul style="list-style-type: none"> Fomentar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación, funcionamiento y aplicación en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Que le permitan descubrir posibilidades de movimiento con las habilidades motrices utilizando los pequeños elementos. Implementar el ritmo en los ejercicios físicos y en las actividades corporales 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES

Integralizador – bio psicosocial. Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Considerar importante la práctica de ejercicios como una forma de conservar la salud y el buen habito en actividades pre deportivas, fortaleciendo sus relaciones interpersonales	Organizacional: Reconocer problemas que surgen del uso y disposición de las distintas clases de recursos del entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio). Para el desarrollo de las diferentes actividades.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Actividades rítmicas y de equilibrio corporal.	Controlan formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.	Expresión motriz
Comunicativo – Lúdico	Manipulación y uso de diversos elementos en el espacio y en el tiempo.	Ajustan los movimientos del cuerpo a la manipulación de objetos.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Gimnasia con cuerdas, bastones, pelotas, aros. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Controlan de forma segmentaria y global, la realización de movimientos corporales. Practica de actividades físicas, lúdicas, formativas y deportivas en su entorno, para el fortalecimiento de su desarrollo físico y mental.	Juego motor
INDICADORES DE DESEMPEÑO			

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Ajusta los movimientos del cuerpo a la manipulación de objetos.	Controla de forma segmentaria y global, la realización de movimientos corporales.	Controla formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en la participación democrática Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia 		

PERIODO 3			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: CUARTO	
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Fomentar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación, funcionamiento y aplicación en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Que le permitan descubrir posibilidades de movimiento con las habilidades motrices utilizando los pequeños elementos. Implementar la danza y sus técnicas durante las clases, individualmente y por grupos. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Ayudar frecuentemente a sus compañeros en ejecuciones de tareas prácticas y a resolver inquietudes de su esquema corporal	Organizacional: Desarrollar acciones para mejorar continuamente en distintos aspectos de la vida con base en aprendizajes.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA

Integrador – bio psicosocial	Ejercicios pre básicos de gimnasia y danza.	Cuido mi postura en la realización de diferentes técnicas dancísticas y prácticas de modalidades gimnásticas.	Expresión motriz
Comunicativo –Lúdico	Elaboración de rondas en pequeños grupos.	Reconozco mis compañeros como constructores de actividades en pequeños grupos.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Ejercicios pre básicos: la rueda, rollo hacia adelante, hacia atrás, parada de manos. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Proponen y realizan actividades gimnásticas y dancísticas en el espacio de la clase. Practica de actividades físicas, lúdicas, formativas y deportivas en su entorno, para el fortalecimiento de su desarrollo físico y mental.	Juego motor
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER
Reconoce sus compañeros como constructores de actividades en pequeños grupos.		Propone y realizan actividades gimnásticas y dancísticas en el espacio de la clase.	Cuida su postura en la realización de diferentes técnicas dancísticas y prácticas de modalidades gimnásticas
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.			
<ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en la participación en las diferentes actividades físicas Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales			

PERIODO 4			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: CUARTO	
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Fomentar conceptos básicos corporales y prácticas motrices en su conformación, funcionamiento y aplicación en el proceso motriz, que le ayuden a adquirir mayor conocimiento del esquema corporal, mejorando el ajuste postural en la realización de ejercicios coordinados y las prácticas recreativas. Que le permitan descubrir posibilidades de movimiento con las habilidades motrices utilizando los pequeños elementos. Aplicar la técnica de los ejercicios para actividades y juegos pre deportivos. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Aplicar dentro de las diferentes acciones motrices trabajadas, las buenas relaciones propias y con su par.	Organizacional: Buscar aprender la forma como los otros actúan y obtiene resultados
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Aplicación de test de resistencia, fuerza y velocidad.	Identifican pruebas que les indican el estado actual de sus capacidades físicas, utilizando un registro de resultados.	Juego motor
Comunicativo – Lúdico	Realización de combinaciones de deportes que impliquen la utilización de estas capacidades: resistencia, fuerza y velocidad.	Analizan diversas situaciones de juego y dan respuesta a ellas teniendo en cuenta las capacidades físicas.	Habilidades básicas

Kinestésico y de movimiento.	Ejecución de pre deportivos donde se aplique también estas capacidades: resistencia, fuerza y velocidad.	Identifican sus capacidades en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Expresión motriz
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Analiza diversas situaciones de juego y da respuesta a ellas teniendo en cuenta las capacidades físicas.	Identifica sus capacidades en la realización de ejercicios físicos y juegos.	Identifica pruebas que les indican el estado actual de sus capacidades físicas, utilizando un registro de resultados.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo. <ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en la participación de las diferentes actividades físicas Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia			

MALLA CURRICULAR PRIMARIA.			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO: QUINTO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
OBJETIVO DE GRADO:			

- Fortalecer la comprensión y práctica de conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos y prácticos que posibiliten vivenciar sus experiencias y habilidades en la ejecución de ejercicios gimnásticos, pre deportivo, y la expresión corporal potenciando su creatividad.
- Trabajar el respeto por sí mismo y por los demás, desde el sentido de pertenencia, la individualidad y la inclusión social.

PERIODO 1

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Superar problemas de integración y comunicación entre compañeros en el trabajo práctico grupal.	Organizacional: Reconocer y respetar las necesidades del entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio).
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Registro de datos biológicos para identificar que hay una relación del crecimiento corporal con el ejercicio.	Identifican los cambios fisiológicos que se van presentando con la actividad física, tanto personal como en los compañeros, respetando la individualidad de cada uno.	Expresión motriz
Comunicador _ Lúdico	Cuidado del entorno, hábitos de auto cuidado, Cuidado de los implementos y respeto por el otro.	Reflexionan sobre la importancia de la actividad física para la Salud, la importancia de la clase para sus vidas, la importancia del respeto para con todos los demás en esta clase en particular, la importancia de cuidar los implementos de clase, y la importancia de trabajar con todos los compañeros sin excluir a ninguno.	Habilidades básicas

Kinestésico y de movimiento.	Identifica formas adecuadas de realizar actividades deportivas para adquirir una buena salud. Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Identifican la importancia de adquirir una buena condición física desde temprana edad. Practica de actividades físicas, lúdicas, formativas y deportivas en su entorno, para el fortalecimiento de su desarrollo físico y mental.	Juego motor
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Reflexiona sobre la importancia de la actividad física, como hábito de vida saludable para sí mismo y para los demás.	Identifica la importancia de adquirir una buena condición física desde temprana edad	Identifica los cambios fisiológicos que se van presentando con la actividad física, tanto personal como en los compañeros, respetando la individualidad de cada uno.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo. <ul style="list-style-type: none"> • Somos distintos: Igualdad de género en la participación democrática en las diferentes actividades físicas Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia			

PERIODO 2			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: QUINTO	
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Fortalecer la comprensión y práctica de conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos y prácticos que posibiliten vivenciar sus experiencias y habilidades en la ejecución de ejercicios gimnásticos, pre deportivo, y la expresión corporal potenciando su creatividad. Trabajar las capacidades físicas, desde las distintas actividades físicas atléticas 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Demostrar control, seguridad y equilibrio en la relación de actividades individuales y grupales.	Organizacional: Crear e innovar soluciones para satisfacer las necesidades detectadas
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Ejercicios de ubicación y orientación: distancia, orientación y trayectoria, en actividades de correr, saltar y caminar.	Realizan posturas corporales propias del deporte del atletismo, para las pruebas de resistencia y velocidad.	Expresión motriz
Comunicativo –Lúdico	Realización de juegos que requieran posturas específicas de lanzar, saltar, caminar, correr.	Aplican formas básicas de movimiento en la realización de diferentes salidas.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Ejercicios de lanzar, correr, juegos de la calle, pre deportivos, juegos por equipos.	Proponen la realización de juegos de velocidad y resistencia. Practica de actividades físicas, lúdicas, formativas y deportivas en su entorno,	Juego motor

	Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	para el fortalecimiento de su desarrollo físico y mental.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Aplica formas básicas de movimiento en la realización de diferentes salidas.	Propone la realización de juegos de velocidad y resistencia	Realiza posturas corporales propias del deporte del atletismo, para las pruebas de resistencia y velocidad.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo. <ul style="list-style-type: none"> • Somos distintos: Igualdad de género en la participación democrática en las diferentes actividades físicas Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia			

PERIODO 3			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: QUINTO	
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Fortalecer la comprensión y práctica de conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos y prácticos que posibiliten vivenciar sus experiencias y habilidades en la ejecución de ejercicios gimnásticos, pre deportivo, y la expresión corporal potenciando su creatividad. Realizar actividades de expresión corporal, explorando las diferentes posibilidades de movimiento 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Considerar importante la práctica de actividades físicas, para ser socializadas con sus compañeros y entorno	Organizacional: Disfrutar posibilidades de movimiento en relación con los demás y como recurso para aprovechar y organizar el tiempo libre.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Realización de movimientos y ejercicios básicos para aprender una clase de aeróbicos.	Realizo secuencias de movimiento con o sin música.	Expresión motriz
Comunicativo – Lúdico	Ejercicios aeróbicos como medio de expresión y ritmo corporal.	Reconocen movimientos que se ajusten a ritmos musicales o deportivos.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Coreografía básica de una clase de aeróbicos.	Reconocen y ejecutan prácticas lúdicas de tradición regional.	Juego motor

	Actividad Física Familiar: participación de cada uno de los integrantes en la actividad física, como medio de unión y fortalecimiento de lazos en sus relaciones a nivel emocional.	Practica de actividades físicas, lúdicas, formativas y deportivas en su entorno, para el fortalecimiento de su desarrollo físico y mental.	
--	---	--	--

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Reconoce movimientos que se ajusten a ritmos musicales o deportivos.	Interpreta y ejecuta prácticas lúdicas de tradición regional y nacional.	Realiza secuencias de movimiento con o sin música.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.

- Somos distintos: Igualdad de género en la participación en las distintas actividades físicas
Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales
Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia

PERIODO 4

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: QUINTO

OBJETIVO DE GRADO:

- Fortalecer la comprensión y práctica de conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos y prácticos que posibiliten vivenciar sus experiencias y habilidades en la ejecución de ejercicios gimnásticos, pre deportivo, y la expresión corporal potenciando su creatividad.
- Trabajar las capacidades físicas condicionales desde las distintas conductas motrices

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Adquirir hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades, deportivas y recreativas.	Organizacional: Propone soluciones creativas para satisfacer las necesidades propias y del entorno.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Actividad de reglamentación para la realización de la clase.	Identificación de técnicas que permitan la regulación emocional, en actividades físicas.	Expresión motriz
Comunicativo - Lúdico	Manipulación de diferentes materiales: pasando, lanzando, recibiendo.	Aceptación y práctica de reglas para la ejecución de ejercicios que implican el trabajo con los otros compañeros.	Habilidades básicas
Kinestésico y de movimiento.	Desplazamiento del cuerpo en actividades de tracción utilizando la propia capacidad y la del otro.	Identifican juegos y actividades físicas que requieren de la aplicación de diferentes capacidades físicas.	Juego motor
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Acepta y pone en práctica reglas para la ejecución de ejercicios que implican el trabajo con otros compañeros.	Identifica juegos y actividades físicas que requieren de la aplicación de diferentes capacidades físicas.	Aplica técnicas que permiten la regulación emocional, en actividades físicas.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.			
<ul style="list-style-type: none"> Somos distintos: Igualdad de género en la participación de las distintas actividades físicas 			

Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Sociales
 Proyectos: Tiempo Libre – Sexualidad – Valores y Democracia

MALLA CURRICULAR SECUNDARIA

PERIODO 1

ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEXTO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
----------------------------------	--	------------------------	--

EJE GENERADOR: Identificación de capacidades corporales y su sentido

OBJETIVO DE GRADO:

- Comprender, asimilar y practicar conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos, favoreciendo el desarrollo de las distintas acciones motrices desde el saber, la investigación, las prácticas físicas y lo rítmico danzaría que les permitan expresar su sentir y saber cultural.
- Acceder al conocimiento propio y de la motricidad, como factor de potenciación de la salud, desde un enfoque biopsicosocial, desarrollando practicas orientadas al cuidado propio y de los demás.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Fortalezco el trabajo en equipo, con un proceso de solidaridad con mis compañeros.	Organizacional: Reconozco las posibilidades de movimiento corporal,

			dando sentido a los mismos de acuerdo al entorno.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Reconocimiento de los segmentos corporales, de acuerdo a su conformación y funcionamiento	Identifica sus capacidades corporales y les da sentido a los movimientos de acuerdo al ejercicio propuesto.	Habilidades motoras
Comunicador _ Lúdico	Identificación de movimientos articulares, en la ejecución de ejercicios gimnásticos de piso en las prácticas físicas.	Relacionan sus emociones con estados fisiológicos de su cuerpo: sudoración, agitación, alteración de la frecuencia cardiaca, respiración, etc.	Actividad física para la salud
Kinestésico y de movimiento.	Actividades para evaluar los diferentes cambios fisiológicos que producen la actividad física. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.	Comprenden los conceptos de las pruebas que miden la capacidad física haciendo aplicación de ellas. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.	Aplicación de conocimientos en diferentes contextos
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Reconoce las posibilidades de movimiento de habilidades básicas del cuerpo para accionar en el entorno.	Realiza prácticas básicas de acondicionamiento físico y prácticas deportivas, aplicando los gestos técnicos requeridos de acuerdo a sus capacidades corporales.	Combinas técnicas de tensión, relajación, control corporal y practicas físicas familiares, en actividades que evidencian cambios fisiológicos en su acondicionamiento físico.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			

Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.

- Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas saludables, en busca de una mejor y mayor calidad de vida.

Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología

Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias

PERIODO 2

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: SEXTO

EJE GENERADOR: Organización de movimientos de acuerdo con un fin

OBJETIVO DE GRADO:

- Comprender, asimilar y practicar conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos, favoreciendo el desarrollo de las distintas acciones motrices desde el saber, la investigación, las prácticas físicas y lo rítmico danzaría que les permitan expresar su sentir y saber cultural.
- Fortalecer un trabajo físico-biológico de acuerdo al conocimiento y aplicación de un proceso nutricional que favorezca la práctica de ejercicios de acondicionamiento físico, los cuales posibiliten el afianzamiento de las habilidades y destrezas corporales.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA

CIUDADANAS

LABORALES

Integralizador – bio psicosocial
Comunicativo – Lúdico.
Kinestésico y de movimiento.

Aplico los aprendizajes adquiridos, mejorando las prácticas físicas desde lo cotidiano a nivel individual, grupal y familiar.

Organizacional:
Realizar acciones deportivas, acorde al desarrollo y crecimiento, basado en un proceso nutricional que favorezca las prácticas físicas de un trabajo de acondicionamiento físico en mi entorno.

COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Interpretación de los fundamentos básicos de la nutrición, como su estructura y clasificación, para aporte a mi desarrollo y crecimiento corporal y mental.	Conocer y aplicar los conceptos de prácticas básicas de una nutrición saludable.	Aplicación de aprendizajes en diferentes contextos
Comunicativo - Lúdico	Primeras exploraciones en fundamentación y desarrollo de las pruebas atléticas.	Reconocen sus fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades atléticas.	Habilidades motoras
Kinestésico y de movimiento.	<p>Desarrollo de:</p> <p>Salto de longitud (Carrera, impulso, caída)</p> <p>Carreras (skipping, braceo, coordinación mano-pie, elevación de rodillas).</p> <p>Pruebas de campo y pista.</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.</p>	<p>Reconocen procedimientos para realizar calentamiento, pruebas atléticas y su recuperación.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.</p>	Actividad Física para la salud
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER
Comprende fundamentos básicos de la alimentación y la nutrición, como aporte a la vida saludable, a su	Interpreta y asimila sus capacidades y limitaciones en la exploración de modalidades básicas de mantenimiento físico y prácticas deportivas.		Ejecuta procedimientos básicos para realizar calentamiento, pruebas de mantenimiento físico y recuperación,

desarrollo y crecimiento corporal – mental.		implementándolos en prácticas físicas familiares.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas saludables, en busca de una mejor y mayor calidad de vida. 		
Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología		
Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias		

PERIODO 3		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEXTO	
EJE GENERADOR: Representación corporal, ideas, sentimientos y valores		
OBJETIVO DE GRADO:		
<ul style="list-style-type: none"> • Comprender, asimilar y practicar conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos, favoreciendo el desarrollo de las distintas acciones motrices desde el saber, la investigación, las prácticas físicas y lo rítmico danzaría que les permitan expresar su sentir y saber cultural. • Fomentar prácticas de movimiento, que involucren el ritmo y el deporte como medio de formación cultural y de educación de su corporeidad, por medio de realización de expresiones físicas y rítmico danzarías. 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Vivencia el ritmo, como una forma de aportar al buen ambiente, destacando el respeto y el valor por el trabajo del otro.	Organizacional: Utilizar el movimiento y el ritmo como medio de formación deportiva y cultural

COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Realización de actividades físicas, para adquirir los gestos técnicos de los diferentes deportes	Comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.	Actividad física para la salud
Comunicativo – Lúdico	Reconocer e identificar coreografías e instrumentos de las diferentes regiones caribeñas.	Comparan, ejecutan y representan sentimientos y valores en danzas y prácticas musicales de las diferentes regiones caribeñas.	Habilidades motoras
Kinestésico y de movimiento.	Realizar coreografías por parejas y grupos utilizando música de la región caribeña. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.	Participan en bailes coreográficos de las distintas regiones, realizando trabajo rítmico en pequeños grupos. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.	Aplicación de aprendizajes en diferentes contextos
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER

Identifica y aplica habilidades rítmicas y coordinativas requeridas para la ejecución de prácticas en montajes coreográficos básicos.	Participa en la rutina aeróbicas de movimientos que componen la tabla rítmica y la actividad física familiar, a través de prácticas individuales y grupales aportando a la consolidación de hábitos de vida saludable	Mantiene el interés para realizar prácticas aeróbicas rítmicas de acuerdo al montaje coreográfico teniendo en cuenta sus habilidades - destrezas rítmicas, coordinativas y artísticas.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas saludables, fomentando una mejor y mayor calidad de vida. 		
Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología		
Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias		

PERIODO 4		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEXTO	
EJE GENERADOR: Ejecución de movimientos de acuerdo con un propósito		
OBJETIVO DE GRADO:		
<ul style="list-style-type: none"> • Comprender, asimilar y practicar conceptos básicos corporales en su conformación, funcionamiento y aplicabilidad en procesos cognitivos, favoreciendo el desarrollo de las distintas acciones motrices desde el saber, la investigación, las prácticas físicas y lo rítmico danzaría que les permitan expresar su sentir y saber cultural. • Mejorar la práctica físico-biológica y la ejecución de los diferentes deportes de conjunto, los cuales posibilitan el afianzamiento de las habilidades y destrezas corporales. 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES

Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Utiliza el juego como estrategia para mejorar las relaciones interpersonales.	Organizacional: Realizar acciones deportivas, acordes al proceso de crecimiento y desarrollo, basado en un trabajo de deportes de conjunto, aplicando los gestos técnicos y las reglas de juego.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Realización de actividades físicas, para adquirir los gestos técnicos de los diferentes deportes	Comprenden la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.	Actividad física para la salud
Comunicativo - Lúdico	Adquisición de hábitos y acciones de solidaridad y comunicación en el juego y fuera de él.	Contribuyen a la organización equitativa de los grupos de juego.	Aplicación de aprendizajes en diferentes contextos
Kinestésico y de movimiento.	Respeto y aplicación del reglamento de juego, en los encuentros deportivos de control.	Organizan juegos para desarrollar en la clase.	Habilidades motoras
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER
Identifica y aplica gestos técnicos requeridos para la ejecución de las distintas prácticas deportivas fortaleciendo el trabajo en equipo.		Organiza juegos para desarrollar en la clase, teniendo en cuenta su reglamento, distribución y posición en el campo de juego.	Comprende la importancia de las reglas básicas para el desarrollo del juego, dando cumplimiento a la dinámica del mismo y practica en juegos colectivos, fortaleciendo el trabajo en equipo.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.

- Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas saludables, fomentando una mejor y mayor calidad de vida.

Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología

Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias

MALLA CURRICULAR SECUNDARIA.

PERIODO 1

ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEPTIMO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
----------------------------------	--	--------------------------	--

EJE GENERADOR: Reconocimiento de capacidades corporales y su sentido

OBJETIVO DE GRADO:

- Desarrollar y alcanzar propósitos aplicativos y expositivos de conceptos corporales en su estructuración, funcionamiento y desarrollo motriz, que le permita acceder al conocimiento propio y de la motricidad como factor de potenciación de la salud desde un enfoque biopsicosocial.
- Promover practicas físicas de las diferentes capacidades a través de ejercicios de trabajo físico básico.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Fortalezco las distintas posibilidades de movimiento corporal, teniendo como propósito lo personal y el entorno.	Organizacional: Desarrollo tareas y acciones con otros (pares, conocidos).

COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Conocimiento y ejecución de movimientos articulares, desde un trabajo de acondicionamiento físico para mantener y mejorar mis hábitos de vida saludable.	Perfeccionan posturas corporales propias de la técnica de movimiento de la gimnasia en ejecuciones de ejercicios de gimnasia de piso	Desarrollo de habilidades motoras
Comunicador _ Lúdico	Prácticas físicas de diferentes modalidades de gimnasia de piso	Realizan pequeños esquemas gimnásticos en colchoneta a nivel individual y grupal.	Importancia de la actividad física para el bienestar personal
Kinestésico y de movimiento.	Realización de ejercicios físicos, involucrando diferentes propuestas desde lo corporal y lo cognitivo que favorezcan el desarrollo físico. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar	Concientización de aspectos por reforzar y mejorar en las prácticas físicas, desde la participación de las diferentes actividades. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.	Motivación y compromiso con la actividad física.

	capacidades físicas corporales básicas.		
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER
Identifica elementos básicos teóricos de la actividad física de acondicionamiento físico y de proyección para realizar rutinas básicas a nivel personal y entorno familiar, fortaleciendo procesos corporales y mentales.	Reconoce y práctica posibilidades de movimiento del cuerpo para accionar en el entorno a nivel personal y colectivo en procesos de mantenimiento físico y deportivo.		Perfecciona posturas corporales propias de la técnica física y deportiva de acuerdo a su desarrollo y capacidad personal.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
<p style="text-align: center;">Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas saludables, a través de una mejor y mayor calidad de vida. <p>Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias</p>			
PERIODO 2			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: SEPTIMO	
EJE GENERADOR: Ejecución de movimientos de acuerdo con un fin			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar y alcanzar propósitos aplicativos y expositivos de conceptos corporales en su estructuración, funcionamiento y desarrollo motriz, que le permita acceder al conocimiento propio y de la motricidad como factor de potenciación de la salud desde un enfoque biopsicosocial. 			

- Mantener el proceso físico-biológico de acuerdo al conocimiento y aplicación de un proceso nutricional que favorezca la práctica de ejercicios físicos, los cuales posibilitan el afianzamiento de las habilidades y destrezas corporales.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Fortalezco la práctica de los diferentes ejercicios físicos que desarrollan las habilidades y destrezas correctamente consigo mismo y con los demás.	Organizacional: Comprendo el impacto de las acciones individuales frente a la colectividad.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Conceptualización de los diferentes elementos físicos en la edad infantil, que le permitan desarrollar sus habilidades y destrezas.	Realización de actividades para adquirir los gestos y prácticas físicas corporales.	Importancia de la actividad física para el bienestar personal
Comunicativo - Lúdico	Interpretación de los fundamentos básicos de la nutrición como su estructura y clasificación, para aporte a mi desarrollo y crecimiento corporal.	Asimilación del proceso nutricional, a través de elementos de dosificación básica y apropiación de los conceptos.	Motivación y compromiso con la actividad física.
Kinestésico y de movimiento.	Reconocimiento de acciones físicas desde una motricidad consiente y con proyección formativa	Ejecución de las diferentes acciones	Desarrollo de habilidades motoras

	Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.	Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.	
--	--	---	--

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Realiza actividades físicas acordes al proceso de mantenimiento físico y prácticas deportivas, como fortalecimiento de sus aprendizajes individuales y colectivos.	Desarrolla diferentes técnicas básicas para ejecutar un proceso de mantenimiento físico y deportivo, acorde a la edad, al crecimiento y desarrollo, fortalecido desde prácticas de actividad familiar.	Participa en las diferentes fases del aprendizaje de un proceso de mejoramiento físico, basado en las habilidades y destrezas corporales.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas saludables, a través de una mejor y mayor calidad de vida. <p>Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología</p> <p>Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias</p>
--

PERIODO 3

AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEPTIMO
EJE GENERADOR: Representación deportiva, ideas, sentimientos y valores	
OBJETIVO DE GRADO:	

- Desarrollar y alcanzar propósitos aplicativos y expositivos de conceptos corporales en su estructuración, funcionamiento y desarrollo motriz, que le permita acceder al conocimiento propio y de la motricidad como factor de potenciación de la salud desde un enfoque biopsicosocial.
- Desarrollar practicas motrices que convoquen a los estudiantes a realizar movimientos deportivos y de ritmo, como medios de formación deportiva y cultural.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Relaciona y diferencia los espacios, tiempos y entorno en las distintas actividades.	Organizacional: Identifico actitudes, valores y comportamientos que debo mejorar o cambiar.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Fundamentación teórico – práctica, de los diferentes deportes de conjunto, que posibiliten un mejor conocimiento y ejecución en campo.	Son tolerantes ante las diferentes circunstancias que les presenta el juego para contribuir en su desarrollo.	Motivación y compromiso con la actividad física.
Comunicativo - Lúdico	Desarrollo de las capacidades físicas corporales, a través de las diferentes practicas motrices.	Fortalece el trabajo físico propio y el de los demás, en actividades coordinativas, que posibilitan un mejor desempeño corporal.	Desarrollo de habilidades motoras
Kinestésico y de movimiento.	Reconocimiento y montaje de los aspectos coreográficos de los diferentes ritmos existentes. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa	Ejecución de coreografías básicas, aplicando los elementos coreográficos en los diferentes ritmos.	Importancia de la actividad física para el bienestar personal

	con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.	Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.	
--	---	---	--

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Reconoce y aplica habilidades rítmicas - coordinativas requeridas para la ejecución de las distintas prácticas en montajes coreográficos básicos.	Propone rutinas básicas de movimientos que componen la actividad física familiar y la tabla rítmica, a través de prácticas individuales y grupales aportando a la consolidación de hábitos de vida saludable.	Muestra importancia por conocer y respetar las fases de montaje coreográfico básico, cumpliendo con la dinámica de las mismas, mejorando procesos coordinativos a nivel personal y colectivo.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas de vida saludable, manteniendo una mejor y mayor calidad de vida. <p>Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología</p> <p>Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias</p>

PERIODO 4

AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: SEPTIMO
EJE GENERADOR: Progresión en los movimientos de acuerdo con un propósito	
OBJETIVO DE GRADO:	

- Desarrollar y alcanzar propósitos aplicativos y expositivos de conceptos corporales en su estructuración, funcionamiento y desarrollo motriz, que le permita acceder al conocimiento propio y de la motricidad como factor de potenciación de la salud desde un enfoque biopsicosocial.
- Incrementar la práctica deportiva de las diferentes disciplinas desde su base de fundamentación para mejorar sus capacidades físicas, haciendo un mejor uso del tiempo libre y asimilando hábitos de vida saludable básicos.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Asume el triunfo o la derrota como una oportunidad para aprender y mejorar consigo mismo y con los demás.	Organizacional: Respeto y comprendo los puntos de vista de los otros, aunque esté en desacuerdo con ellos.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Identificación y asimilación del reglamento básico de las diferentes disciplinas deportivas.	Comprende las reglas básicas de cada disciplina deportiva, para tener un mejor aprendizaje desde los fundamentos básicos de cada uno.	Importancia de la actividad física para el bienestar personal
Comunicativo – Lúdico	Fundamentación básica deportiva, posiciones de juego y dinámica de encuentro.	Interpretan situaciones de juego y proponen diversas soluciones.	Motivación y compromiso con la actividad física.
Kinestésico y de movimiento.	Pre deportivo: juego de control por equipos, para asimilar reglas y dinámica en campo.	Aplican diferentes tipos de ejercicio, con diferente duración, intensidad y frecuencia, que los lleven a realizar la práctica de cada deporte.	Desarrollo de habilidades motoras
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER

Interpreta conceptos y prácticas físico – deportivas en situaciones de juego, fortaleciendo sus propuestas de ejecución para dar solución a diversas situaciones presentadas.	Aplica diferentes tipos de ejercicio, con diferente duración, intensidad y frecuencia, que le permitan realizar la práctica de cada deporte.	Presenta una actitud tolerante ante las diferentes circunstancias que le presenta el juego para contribuir en su desarrollo.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.		
<ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas de vida saludable, a través una mejor y mayor calidad de vida. • Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología 		
Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias		

MALLA CURRICULAR SECUNDARIA			
PERIODO 1			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: OCTAVO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
EJE GENERADOR: Experimentación sobre problemas de movimiento corporal			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Realizar prácticas orientadas desde la investigación, el ser y el hacer al cuidado propio, de los compañeros y a la prevención de lesiones y utilizando el movimiento y el ritmo como medio de formación cultural y de educación de su corporeidad por medio de la realización de actividades físicas y expresiones rítmicas danzarías. • Incrementar el afianzamiento de las habilidades motrices básicas y el desarrollo de las capacidades perceptivas motrices, adquiriendo las habilidades específicas que se requieren para la práctica de las diferentes actividades físicas. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES

Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Reconozco los problemas que surgen del uso y disposición de las distintas clases de recursos de mi entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio).	Organizacional: Ejecuta tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requieren de habilidades y destrezas complejas.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – Bio psicosocial	Identificación de fundamentos básicos de gimnasia de mantenimiento y gimnasia aeróbica.	Realizo de un plan de mantenimiento físico general y específico.	Desarrollo de capacidades físicas motrices
Comunicador – Lúdico	Adquisición de hábitos de cuidado personal y del entorno.	Me apropio de hábitos de solidaridad y comunicación	Relación entre actividad física y salud
Kinestésico y de movimiento.	Conceptualización y práctica de un plan de trabajo de mantenimiento físico general y específico. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida	Ejecuto una sesión de ejercicios aeróbicos con la técnica requerida. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.	Habilidades sociales y emocionales

	saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.		
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Comprende e indaga teorías básicas del sistema corporal, del ejercicio físico y de su estructura de desarrollo para el mejoramiento de cada una de mis funciones corporales.	Realiza el ejercicio físico, comprendiendo la fase inicial y estructural para el mejoramiento de las funciones básicas corporales a nivel individual, grupal y familiar.	Aplica gestos técnicos requeridos para la práctica de los ejercicios en los diferentes procesos de ejecución a nivel corporal y mental.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas de vida saludable, fortalecer una mejor y mayor calidad de vida. <p>Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología</p> <p>Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias</p>			
PERIODO 2			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: OCTAVO	
EJE GENERADOR: Dominio y seguridad en la ejecución de movimientos corporales y deportivos específicos en una fase de mantenimiento.			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Realizar prácticas orientadas desde la investigación, el ser y el hacer al cuidado propio, de los compañeros y a la prevención de lesiones y utilizando el movimiento y el ritmo como medio de formación cultural y de educación de su corporeidad por medio de la realización de actividades físicas y expresiones rítmicas danzarías. 			

- Adquirir habilidades específicas que se requieren para la práctica de las actividades deportivas y físicas de mantenimiento corporal.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES	
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Reconozco los problemas que surgen del uso y disposición de las distintas clases de recursos de mi entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio).	Organizacional: Fortalecer el proceso de mejoramiento físico, a través de programas y rutinas de ejercicios que conllevan a una buena condición física personal y del otro.	
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Identificación de las diferentes propuestas y rutinas de movimiento para la ejecución de programas de mantenimiento físico.	Ejecuto programas y rutinas acordes a la edad, para realizar un ajuste en lo estructural, lo mental y lo físico a nivel personal.	Relación entre actividad física y salud
Comunicativo –Lúdico	Interpretación de cada uno de los programas físicos que nos ayuden a mejorar y mantener una buena condición física.	Fortalezco los procesos físicos, para alcanzar un adecuado desarrollo corporal en el intercambio con mi par.	Desarrollo de capacidades físicas motrices
Kinestésico y de movimiento.	Desarrollo de cada una de las diferentes etapas evolutivas de la persona, teniendo en cuenta sus capacidades.	Demuestro una actitud proactiva ante las diferentes actividades programadas, que buscan el	Habilidades sociales y emocionales

	<p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.</p>	<p>mejoramiento y mantenimiento de la condición física.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.</p>	
--	---	--	--

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
<p>Comprende la importancia de la actividad física y mental para una vida saludable, teniendo claro el conocimiento de ejercicio físico y beneficios de hábitos saludables.</p>	<p>Identifica ejercicios y rutinas que son apropiadas para el cuerpo, teniendo en cuenta la edad, maduración y estructura corporal – mental en procesos individuales, colectivos y familiares.</p>	<p>Reconoce diferencias individuales y el carácter único de cada persona para integrarse con facilidad a través de actividades físicas y lúdicas a diferentes procesos de desarrollo personal.</p>

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas de vida saludable, fortalecer una mejor y mayor calidad de vida. <p>Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología</p> <p>Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias</p>
--

PERIODO 3

AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: OCTAVO
-------------------------------	----------------------

EJE GENERADOR: Construcción de lenguajes corporales, apertura a la diversidad

OBJETIVO DE GRADO:

- Realizar prácticas orientadas desde la investigación, el ser y el hacer al cuidado propio, de los compañeros y a la prevención de lesiones y utilizando el movimiento y el ritmo como medio de formación cultural y de educación de su corporeidad por medio de la realización de actividades físicas y expresiones rítmicas danzarías.
- Fortalecer el proceso cultural y rítmico, a través de montajes coreográficos y la práctica de los deportes de conjunto, teniendo en cuenta la nutrición como aspecto básico en el crecimiento y desarrollo.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Explorar y participar de las diferentes propuestas rítmicas existentes en nuestro país y fuera de él, para ser combinadas con el ritmo y vivencia cotidiana en nuestra sociedad.	Organizacional: Desarrollo acciones para mejorar continuamente en distintos aspectos de mi vida con base de lo que aprendo de los demás.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Reconocimiento de trabajo técnico en los deportes de conjunto.	Son tolerantes ante las diferentes circunstancias que les presenta el juego para contribuir en su desarrollo.	Habilidades sociales y emocionales
Comunicativo - Lúdico	Conceptos, asimilación y práctica de ritmo, coreografía y montaje coreográfico.	Proposición y realización de esquemas rítmico-danzarías utilizando como base los distintos ritmos existentes	Relación entre actividad física y salud
Kinestésico y de movimiento.	Ejecución y presentación de coreografías, aplicando	Aplican distintos tipos de ejercicio, con diferente duración, intensidad y frecuencia, que los lleven a realizar la práctica física.	Desarrollo de capacidades físicas motrices

	<p>los elementos coreográficos.</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, facilitando compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas.</p>	<p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad baja.</p>	
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
<p>Comprende la importancia de aplicar habilidades rítmicas y coordinativas requeridas para las prácticas de montajes coreográficos básicos y prácticas de actividades físicas familiares.</p>	<p>Demuestra en las acciones físicas, diferentes fundamentos rítmicos-coordinativos de acuerdo al trabajo de actividad física familiar y la tabla rítmica como hábitos de vida saludable.</p>	<p>Proporciona elementos de prácticas rítmicas, que le permiten integrarse al trabajo en equipo de acuerdo a sus capacidades, destrezas y habilidades físicas para la presentación del proceso coreográfico.</p>	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas de vida saludable, aplicando aprendizajes para una mejor y mayor calidad de vida. <p>Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología</p> <p>Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias</p>			

PERIODO 4			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: OCTAVO	
EJE GENERADOR: Fomentar el espíritu de las expresiones motrices deportivas como forma de mejorar la calidad de vida.			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> Realizar prácticas orientadas desde la investigación, el ser y el hacer al cuidado propio, de los compañeros y a la prevención de lesiones y utilizando el movimiento y el ritmo como medio de formación cultural y de educación de su corporeidad por medio de la realización de actividades físicas y expresiones rítmicas danzarías. Posibilitar el desarrollo de la capacidad crítica, comunicativa y creativa a través de la práctica de juegos y deportes de conjunto organizados, para el buen uso del tiempo libre, conservando y mejorando la salud física y mental. 			
COMPETENCIAS			
ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Asumo la victoria y la derrota en los deportes de conjunto e individuales, y valoro sus consecuencias.	Organizacional: Busco aprender la forma teórico-práctica de como los otros actúan y obtiene resultados.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Reconocimiento de trabajo técnico en los deportes de conjunto.	Realización de actividades para adquirir los gestos técnicos en los deportes de conjunto	Habilidades sociales y emocionales
Comunicativo - Lúdico	Socialización del reglamento y técnica básica de los deportes de conjunto, para una mejor y mayor comprensión.	Contribución a la creación e interpretación de nuevas normas, para el mejoramiento de las prácticas deportivas.	Desarrollo de capacidades físicas motrices

Kinestésico y de movimiento.	Prácticas y proyección de las técnicas básicas de los deportes de conjunto.	Aplicación de los fundamentos técnicos básicos en los deportes de conjunto.	Relación entre actividad física y salud
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER
Identifica los gestos técnicos requeridos para las prácticas de deportes de conjunto.		Ejecuta diferentes fundamentos técnicos de acuerdo a las modalidades deportivas.	Ejecuta acciones técnicas en un encuentro deportivo de conjunto.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.			
<ul style="list-style-type: none"> • Actividades deportivas, lúdicas, recreativas: Practicas de vida saludable, aplicando aprendizajes para una mejor y mayor calidad de vida. 			
Áreas: Educación Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología			
Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias			

MALLA CURRICULAR SECUNDARIA			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: NOVENO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
PERIODO 1			
EJE GENERADOR: Experimentación sobre problemas de movimiento corporal			
OBJETIVO DE GRADO:			

- Potenciar el afianzamiento de las habilidades básicas y el desarrollo de las capacidades perceptivas motrices y coordinativas adquiriendo las habilidades motrices específicas que se requieren para la realización de movimientos rítmicos y práctica física personal de los diferentes deportes.
- Desarrollar capacidades perceptivas motrices, adquiriendo las habilidades específicas que se requieren para la práctica de las diferentes actividades físicas.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Posee hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas y de tiempo libre	Organizacional: Reconozco las necesidades de mi entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio).
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – Bio psicosocial	Aplicación del calentamiento y la condición física, desde fundamentos básicos de gimnasia de mantenimiento y gimnasia aeróbica.	Cuidan su postura corporal teniendo en cuenta los principios anatómicos al realizar los diferentes movimientos.	Conciencia de la actividad física como practica social y cultural
Comunicador – Lúdico	Realización del acondicionamiento físico general: cargas y adaptación al trabajo: volumen, magnitud, frecuencia, intensidad, densidad.	Se preocupan por la formación de hábitos de postural e higiene corporal.	Desarrollo de la autonomía en la planificación y ejecución de actividades físicas

<p>Kinestésico y de movimiento.</p>	<p>Desarrollo de la velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad.</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.</p>	<p>Seleccionan modalidades de actividades físicas para la realización de esquemas de movimientos.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.</p>	<p>Relación de actividad física, salud y bienestar.</p>
<p>INDICADORES DE DESEMPEÑO</p>			
<p>SABER CONOCER</p>	<p>SABER HACER</p>		<p>SABER SER</p>
<p>Realiza de manera sistemática, ejercicio físico para el mejoramiento de las funciones orgánicas corporales de acuerdo a sus conocimientos teórico practico.</p>	<p>Selecciona modalidades en actividades físicas para la realización de esquemas de movimientos que posibiliten un adecuado proceso de acondicionamiento físico de acuerdo a sus capacidades corporales, fortaleciendo el trabajo individual, colectivo y familiar.</p>		<p>Cuidada la postura corporal, teniendo en cuenta los principios anatómicos al realizar los diferentes movimientos en el proceso de acondicionamiento físico.</p>
<p>PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES</p>			

Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.

- Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Uso racional de los recursos ambientales y tecnológicos

Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología

Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias - Tecnología

PERIODO 2

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: NOVENO

EJE GENERADOR: Manejo y percepción en la ejecución de movimientos corporales y deportivos específicos en una fase de mantenimiento

OBJETIVO DE GRADO:

- Potenciar el afianzamiento de las habilidades básicas y el desarrollo de las capacidades perceptivas motrices y coordinativas adquiriendo las habilidades motrices específicas que se requieren para la realización de movimientos rítmicos y práctica física personal de los diferentes deportes.
- Fortalecer habilidades específicas que se requieren para la práctica de las actividades deportivas y físicas de mantenimiento corporal.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA

CIUDADANAS

LABORALES

Integralizador – bio psicosocial
Comunicativo – Lúdico.
Kinestésico y de movimiento.

Posee hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas en mi tiempo libre.

Organizacional:
Invento soluciones creativas para satisfacer las necesidades detectadas.

COMPONENTE

CONTENIDOS CURRICULARES

ESTÁNDARES

DBA

Integrador – bio psicosocial	Identificación de las diferentes propuestas deportivas y rutinas de movimiento para la ejecución de programas de mantenimiento físico.	Proporción de diferentes elementos a nivel cognitivo y participativo en las distintas actividades teórico-prácticas en el mejoramiento ante las diferentes fases de trabajo físico con implementos y sin ellos.	Desarrollo de la autonomía en la planificación y ejecución de actividades físicas
Comunicativo -Lúdico	Interpretación de cada uno de los programas físicos que nos ayuden a mejorar y mantener una buena condición física.	Fortalecimiento de los procesos físicos, para alcanzar un adecuado desarrollo corporal desde las diferentes etapas evolutivas de la persona, teniendo en cuenta sus capacidades.	Conciencia de la actividad física como practica social y cultural
Kinestésico y de movimiento.	Ejecución de programas y rutinas acordes a la edad, para realizar un ajuste en lo estructural, lo mental y lo físico a nivel personal. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer	Demostración de una actitud proactiva ante las diferentes actividades programadas, que buscan el mejoramiento y mantenimiento de la condición física. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.	Relación de actividad física, salud y bienestar.

	hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.		
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER
Identifica ejercicios y rutinas que son apropiadas para su cuerpo, teniendo en cuenta la edad, maduración y estructura corporal – mental.	Reconoce las diferencias individuales y el carácter único de cada persona, integrándose con facilidad a través de actividades físicas y/o lúdicas a nivel personal, grupal y familiar.		Interioriza práctica de actividades físicas y rutinas de ejercicios, que favorezcan su desarrollo personal para mejorar la condición física individual y grupal.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Uso racional de los recursos ambientales y tecnológicos <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p>			
PERIODO 3			
AREA: EDUCACION FISICA		GRADO: NOVENO	
EJE GENERADOR: Construcción de lenguajes corporales con apertura a la diversidad			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Potenciar el afianzamiento de las habilidades básicas y el desarrollo de las capacidades perceptivas motrices y coordinativas adquiriendo las habilidades motrices específicas que se requieren para la realización de movimientos rítmicos y práctica física personal de los diferentes deportes. 			

- Practicar de manera libre y espontánea, deportes de conjunto y ejercicios rítmicos que te lleven a mejorar el desarrollo de las capacidades físicas por medio de los diferentes montajes coreográficos.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial. Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Explorar y participar de las diferentes propuestas rítmicas existentes en mi ciudad, nuestro país y fuera de él, para ser combinadas con el ritmo y vivencia cotidiana de mi entorno.	Organizacional: Identifico los conocimientos y experiencias familiares de mi comunidad cercana, relacionados con la creación de empresas o unidades de negocio.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Realización de actividades para adquirir los gestos técnicos en deportes de conjunto	Aplicación de los fundamentos técnicos básicos en los deportes de conjunto.	Relación de actividad física, salud y bienestar.
Comunicativo - Lúdico	Interpretación de ritmo, coreografía, montaje coreográfico, a partir de la construcción de lenguajes corporales.	Adquisición de hábitos y acciones de solidaridad y comunicación.	Desarrollo de la autonomía en la planificación y ejecución de actividades físicas
Kinestésico y de movimiento.	Ejecución de coreografías aplicando los elementos coreográficos Actividad Física Familiar: proceso de actividad	Realización de esquemas rítmico-danzarías utilizando como base los distintos ritmos existentes.	Conciencia de la actividad física como practica social y cultural

	desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.	Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.	
--	--	--	--

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Interpreta el ritmo y la coordinación en propuestas individuales y grupales, identificando los elementos requeridos para la presentación de coreografías.	Aplica variables al ritmo y la coordinación: tipo de ejercicios, duración, intensidad, frecuencia e indicaciones, en la práctica de actividad física familiar y tabla rítmica como hábitos de vida saludable.	Adapta sus capacidades físicas y mentales en las diferentes circunstancias que se presentan a nivel individual y grupal en el montaje coreográfico.

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Uso adecuado y con mejor aplicabilidad en acciones que requieran de los recursos ambientales y tecnológicos <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p>
--

PERIODO 4

AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: NOVENO
-------------------------------	----------------------

EJE GENERADOR: Fomentar el espíritu de las expresiones motrices deportivas como forma de mejorar la calidad de vida.

OBJETIVO DE GRADO:

- Potenciar el afianzamiento de las habilidades básicas y el desarrollo de las capacidades perceptivas motrices y coordinativas adquiriendo las habilidades motrices específicas que se requieren para la realización de movimientos rítmicos y práctica física personal de los diferentes deportes.
- Practicar juegos y deportes de conjunto organizados, para el buen uso del tiempo libre, conservando y mejorando la salud física y mental, con el propósito de tener hábitos de vida saludable.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo y cotidiano que requieran habilidades y destrezas complejas.	Organizacional: Invento soluciones creativas para satisfacer las necesidades detectadas.
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Identificación de la técnica requerida en los deportes de conjunto	Respeto por el reglamento y técnica de juego, y contribuyo a la práctica de los deportes desde su estructura y manejo individual y grupal.	Relación de actividad física, salud y bienestar.
Comunicativo - Lúdico	Realización de actividades para adquirir los gestos técnicos en deportes de conjunto	Aplicación de los fundamentos técnicos básicos en los deportes de conjunto.	Conciencia de la actividad física como practica social y cultural
Kinestésico y de movimiento.	Ejecución de un evento o práctica deportiva en los diferentes deportes de conjunto	Realizo prácticas deportivas, en los diferentes deportes de conjunto, haciendo un adecuado de la dinámica de juego.	Desarrollo de la autonomía en la planificación y ejecución de actividades físicas

INDICADORES DE DESEMPEÑO		
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER
Interpreta situaciones de juego y propone diversas situaciones, identificando los gestos técnicos requeridos para las prácticas de deportes en conjunto.	Aplica variables del juego: tipo de ejercicios, duración, intensidad, frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.	Se adapta ante las diferentes circunstancias que se presentan en el juego.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Uso adecuado y con mejor aplicabilidad en acciones que requieran de los recursos ambientales y tecnológicos • Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología <p>Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p>		

MALLA CURRICULAR SECUNDARIA			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: DECIMO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
EJES GENERADOR: Capacidades físicas básicas, nutrición e higiene			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Afianzar procesos físicos, con la finalidad de alcanzar un mejor desarrollo en cada uno de los aspectos que se proponen y se fortalecen en las diferentes transformaciones conceptuales y practicas a nivel corporal, basados en elementos, que enriquezcan el buen desarrollo motriz de los jóvenes. 			

- Incrementar la práctica de actividades físicas, procurando la formación de hábitos saludables para la ejecución de actividades físicas diarias de una forma organizada, metódica y progresiva, que favorezcan también el desarrollo personal desde lo nutricional e higiene corporal

PERIODO 1

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS		LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Participa activamente en procesos nutricionales, de higiene corporal y de acondicionamiento físico de las capacidades físicas, actividades recreativas y deportivas, en el ambiente familiar y escolar.		Organizacional: Identifico los comportamientos apropiados para cada situación (familiares, escolares, con pares). Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida <ul style="list-style-type: none"> • Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador - Bio psicosocial	Productividad en contextos. Aplicación de calentamiento y acondicionamiento físico general.	Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes movimientos, teniendo en cuenta mi	Habilidades de comunicación y trabajo en equipo

		nutrición, higiene y motricidad corporal.	
Comunicador – Lúdico	Cargas y adaptación: volumen, magnitud, duración, frecuencia, frecuencia cardiaca, intensidad, densidad.	Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Promoción de la salud y el bienestar
Kinestésico y de movimiento.	Test, batería de ejercicios. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.	Ejecuto circuitos deportivos de forma individual, por parejas y por equipos. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.	Aprendizaje de diferentes modalidades deportivas
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER
Comprende de forma básica la función de la alimentación y su incidencia en la nutrición de la edad	Realiza ejercicios específicos relacionados con la preparación física general, la nutrición e higiene corporal, los cuales le proporcionan elementos para el desarrollo del		Ejecuta capacidades para efectuar habilidades y destrezas motrices

<p>joven del cuerpo humano, facilitando hacer una mejor selección de técnicas de movimiento para la ejecución de rutinas de actividad física en el proceso de acondicionamiento físico.</p>	<p>trabajo físico familiar y los test deportivos que evalúan la condición física personal.</p>	<p>básicas en el acondicionamiento físico de mediana complejidad.</p>
<p>PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES</p>		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Fortalecimiento en el uso adecuado de los recursos ambientales y tecnológicos <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p> <p>Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar actividades de acondicionamiento físico orientadas hacia el mejoramiento de la condición física en los contextos productivo y social. 		
<p>PERIODO 2</p>		
<p>AREA: EDUCACION FISICA</p>	<p>GRADO: DECIMO</p>	
<p>EJES GENERADOR: Expresiones motrices físicas.</p> <p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Afianzar procesos físicos, con la finalidad de alcanzar un mejor desarrollo en cada uno de los aspectos que se proponen y se fortalecen en las diferentes transformaciones conceptuales y practicas a nivel corporal, basados en elementos, que enriquezcan el buen desarrollo motriz de los jóvenes. 		

- Desarrollar la capacidad crítica, comunicativa y creativa a través de la práctica de las actividades físicas de mediana exigencia, para construir rutinas de ejercicios que puedan ser ejecutadas en el tiempo libre, conservando y mejorando la salud física y mental.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS		LABORALES
Internalizado – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Identifico las actividades de carácter físico, lúdico, recreativo, productivo y deportivo con las cuales puedo aprovechar el tiempo libre a nivel personal y con el otro en comunidad.		Organizacional: Diferenciar, clasificar y caracterizar las distintas actividades físicas que se encuentran dentro de mi entorno, que me ayuden a fortalecer mis debilidades para tener una mejor y mayor productividad. Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Investigar y diseñar trabajos alternativos con el cuerpo, basado en movimientos	Asumen con autonomía y compromiso, el momento del calentamiento, estiramiento	Promoción de la salud y bienestar

	ergonómicos y la preparación física de las diferentes actividades de acondicionamiento.	y las decisiones sobre el trabajo físico.	
Comunicativo – Lúdico	Interpretación y asimilación de un plan de trabajo de mantenimiento físico general y específico.	Mejoramiento del trabajo corporal por medio de un proceso de mantenimiento físico y productivo.	Aprendizaje de diferentes modalidades deportivas
Kinestésico y de movimiento.	<p>Ejecución de fundamentos básicos del mantenimiento físico.</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.</p>	<p>Desarrollo de tareas motrices que permitan mejorar la condición física, a través de un trabajo programado, secuencial.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.</p>	Habilidades de comunicación y trabajo en equipo
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER

Reconoce la importancia de la preparación física y las actividades deportivas en el desarrollo de la condición técnica para un mejor mantenimiento físico.	Realiza ejercicios específicos, relacionados con actividades deportivas, mantenimiento físico y trabajo familiar, en forma individual y grupal.	Proyecta el trabajo físico desarrollado, para fortalecer su calidad de vida y la de los demás.
--	---	--

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Fortalecimiento en el uso adecuado de los recursos ambientales y tecnológicos <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p> <p>Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementar un plan de Ergonomía y Pausas Activas según las características de la función productiva.
--

PERIODO 3

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: DECIMO

EJES GENERADOR: Recreación, deporte, Rítmica básica y lenguaje corporal.

OBJETIVO DE GRADO:

- Afianzar procesos físicos, con la finalidad de alcanzar un mejor desarrollo en cada uno de los aspectos que se proponen y se fortalecen en las diferentes transformaciones conceptuales y practicas a nivel corporal, basados en elementos, que enriquezcan el buen desarrollo motriz de los jóvenes.

- Procurar la formación de habilidades y destrezas en los estudiantes, que posibiliten mejorar la coordinación por medio de actividades rítmico – danzarías, fortaleciendo el proceso cultural, a través de montajes coreográficos y la práctica de los deportes individuales.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Identifico las actividades de carácter lúdico, deportivo, recreativo y rítmico con las cuales puedo aprovechar el tiempo libre.	Organizacional: Desarrollo las habilidades motrices, en la práctica de las distintas actividades de trabajo físico y mental, asumiendo las consecuencias de mis propias acciones. Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso

COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Conceptos y prácticas básicas, de la preparación física y técnica en los deportes de conjunto. La nutrición: composición e importancia de acuerdo a la actividad La alimentación y vida saludable – condición	Manejo y dominio del cuerpo en el espacio en la práctica de los deportes de conjunto, fortaleciendo el trabajo en equipo.	Habilidades de comunicación y trabajo en equipo

Comunicativo – Lúdico	Interpretación clara de las razones por las que se involucra las actividades de expresiones rítmicas y deportivas.	Manifestación de interés por continuar con las actividades de expresión corporal y deportiva en otros espacios.	Aprendizaje de diferentes modalidades deportivas
Kinestésico y de movimiento.	Valores que se consiguen en las diferentes prácticas deportivas y rítmicas al igual que el trabajo en equipo. Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.	Manejo y dominio del cuerpo en el espacio, a través de procesos rítmicos y coreográficos para el desarrollo de las habilidades motrices. Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.	Promoción de la salud y bienestar
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Determina elementos rítmicos y coordinativos como expresión de sentimientos en acciones motrices	Ejecuta expresiones rítmicas y artísticas de forma sincronizada en un proceso de actividad física familiar y montaje de la	Manifiesta interés por desarrollar de forma individual sus prácticas rítmicas y artísticas como experiencia física para la presentación de la coreografía grupal.	

individuales y grupales desde un montaje coreográfico.	tabla rítmica como elementos de hábitos de vida saludable.	
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Aplicación de diferentes técnicas en la utilización y un buen uso de los recursos ambientales y tecnológicos <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p> <p>Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Practicar hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene. 		

PERIODO 4		
AREA: EDUCACION FISICA	GRADO: DECIMO	
EJES GENERADOR: Expresiones motrices desde trabajos técnicos deportivos.		
OBJETIVO DE GRADO:		
<ul style="list-style-type: none"> • Afianzar procesos físicos, con la finalidad de alcanzar un mejor desarrollo en cada uno de los aspectos que se proponen y se fortalecen en las diferentes transformaciones conceptuales y practicas a nivel corporal, basados en elementos, que enriquezcan el buen desarrollo motriz de los jóvenes. • Fortalecer las competencias comunicativa y creativa a través de la práctica de los deportes de conjunto, para el buen uso del tiempo libre, conservando y mejorando la salud física y mental. 		
COMPETENCIAS		
ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES

Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Comparto las actividades de carácter lúdico, recreativo y deportivo con las cuales puedo aprovechar el tiempo libre.	Organizacional: Identifico mis emociones y reconozco su influencia en mi comportamiento y decisiones. Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Conceptualización teórica de la dinámica y estructura de juego de los deportes de conjunto.	Aplicación de los fundamentos técnicos básicos en los deportes de conjunto.	Aprendizaje de diferentes modalidades deportivas
Comunicativo – Lúdico	Conceptos básicos, de la preparación física y técnica en los deportes de conjunto.	Manejo y dominio del cuerpo en el espacio en la práctica de los deportes de conjunto.	Promoción de la salud y bienestar
Kinestésico y de movimiento.	Practica de fundamentos técnicos de los deportes de conjunto.	Actividades deportivas de conjunto, en las cuales se desarrolla y fortalece el trabajo individual y grupal.	Habilidades de comunicación y trabajo en equipo
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER

Identifica los gestos técnicos requeridos para las prácticas de los deportes de conjunto.	Ejecuta acciones técnicas y tácticas en un encuentro deportivo.	Manifiesta interés por continuar con las actividades deportivas en otros espacios.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Aplicación de diferentes técnicas en la utilización y un buen uso de los recursos ambientales y tecnológicos <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p> <p>Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social. 		

MALLA CURRICULAR SECUNDARIA			
ÁREA: EDUCACION FISICA	ASIGNATURA: EDUCACION FISICA	GRADO: UNDECIMO	INTENSIDAD HORARIA: 2 HORAS SEMANALES.
EJES GENERADOR: Capacidades físicas básicas			
OBJETIVO DE GRADO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Poseer autonomía y responsabilidad para diseñar, fomentar y aplicar programas de actividad física que permitan la conservación de la salud física y mental, dominando conceptos básicos de planeación, organización y ejecución de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico. 			

- Incrementar la práctica de actividades físicas, procurando la formación de hábitos para la ejecución de actividades físicas diaria de una forma organizada, metódica y progresiva.

PERIODO 1

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS		LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.	Participa activamente en procesos nutricionales, de higiene corporal y de acondicionamiento físico de las capacidades físicas, actividades recreativas y deportivas, en el ambiente familiar y escolar.		Organizacional Identifico los comportamientos apropiados para cada situación (familiares, escolares, con pares). Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador _ Bio psicosocial	Métodos de desarrollo y entrenamiento de las capacidades físicas: <ul style="list-style-type: none"> • Circuitos • Desplazamientos (variado, continuo e intervalos) Arranques o salidas <ul style="list-style-type: none"> • Retrocesos • Cambios de velocidad • Stretching 	Organizan un plan de actividad física de acuerdo a sus intereses personales, teniendo en cuenta la salud y la calidad de vida.	Valoración corporal y de la actividad física

	<ul style="list-style-type: none"> • Pliometría, 		
Comunicador _ Lúdico	Manejo adecuado de sus habilidades físicas, las cuales coloca al servicio propio y de sus compañeros.	Orientan el uso de técnicas de ejercicios para mejorar los juegos y la práctica deportiva.	Expresión corporal
Kinestésico y de movimiento.	<p>Práctica de las capacidades físicas que permite mejorar el acondicionamiento físico y mental, teniendo un proceso individual y colectivo basado en el respeto a la diferencia</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.</p>	<p>Ponen en marcha el plan de actividad física que cada uno implemento.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.</p>	Creatividad y emociones a través del movimiento
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER

<p>Aplica conocimientos sobre la relación: Nutrición y movimiento. Calentamiento, Actividad física, Pausa, actividad física, estiramiento en el plan de condición física.</p>	<p>Busca formas necesarias y convenientes para crear una rutina de trabajo físico familiar y entrenamiento deportivo, teniendo en cuenta los fundamentos básicos de acuerdo a las capacidades individuales y colectivas.</p>	<p>Aplica a la vida, prácticas físicas y hábitos de vida saludable, mejorando las relaciones con los demás.</p>
<p>PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES</p>		
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Uso adecuado de los recursos ambientales y tecnológicos con el fin de garantizar su sostenibilidad <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p> <p>Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar actividades de acondicionamiento físico orientadas hacia el mejoramiento de la condición física en los contextos productivo y social. 		
<p>PERIODO 2</p>		
<p>AREA: EDUCACION FISICA</p>	<p>GRADO: UNDECIMO</p>	
<p>EJE GENERADOR: Capacidades físicas generales</p> <p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Poseer autonomía y responsabilidad para diseñar, fomentar y aplicar programas de actividad física que permitan la conservación de la salud física y mental, dominando conceptos básicos de planeación, organización y ejecución de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico. 		

- Mejorar las prácticas motrices coordinativas en prácticas individuales y grupales, que le posibiliten evaluar su condición física y adquirir hábitos de vida saludable para sí mismo y para los demás, fortaleciendo procesos de productividad.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA	CIUDADANAS	LABORALES	
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico Kinestésico y de movimiento.	Reconoce la importancia sobre los elementos básicos de las actividades físicas, realizando posiciones ergonómicas que le permitan un mejor desarrollo, para una aplicación de su entorno.	Organizacional: Diferencia, clasifica y caracteriza las distintas actividades físicas que se encuentran dentro de mi entorno y aprendo a superar mis debilidades. Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso	
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Posiciones básicas y ergonómicas. Productividad: cuerpo y mente Conceptualización de la preparación física en las actividades de acondicionamiento físico.	Aplicación de los fundamentos técnicos básicos en las actividades físicas individuales mejorando su condición física y productividad personal y colectiva.	Expresión corporal

Comunicativo –Lúdico	Interpretación y socialización de la terminología básica y fundamentos técnicos de cada una de las prácticas.	Manejo y dominio del cuerpo en el espacio, aprovechando la práctica de actividades físicas para el mejoramiento y mantenimiento físico.	Valoración corporal y de la actividad física
Kinestésico y de movimiento.	<p>Practica regulada, secuencial y progresiva de cada uno de los elementos que componen la actividad física, de acuerdo a la intensidad, carga y frecuencia física.</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.</p>	<p>Desarrollo de cada una de las habilidades motrices en las distintas practicas físicas con una exigencia acorde a su desempeño físico.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.</p>	Creatividad y emociones a través del movimiento
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER		SABER SER
Identifica gestos técnicos requeridos, para fortalecer	Realiza con propiedad la ejecución de las diferentes actividades físicas que fortalecen el proceso de acondicionamiento y		Manifiesta interés por continuar con las actividades físicas en otros espacios

las prácticas de actividad física, en cada una de las capacidades físicas personales en un proceso de mantenimiento físico.	mantenimiento físico, buscando tener una mejor calidad de vida a nivel personal y familiar.	en prevención y mantenimiento de la salud individual, familiar y grupal.
---	---	--

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Uso adecuado de los recursos ambientales y tecnológicos con el fin de garantizar su sostenibilidad <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología</p> <p>Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementar un plan de Ergonomía y Pausas Activas según las características de la función productiva.

PERIODO 3

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: UNDECIMO

EJE GENERADOR: Deporte, Recreación, y Rítmica básica

OBJETIVO DE GRADO:

- Poseer autonomía y responsabilidad para diseñar, fomentar y aplicar programas de actividad física que permitan la conservación de la salud física y mental, dominando conceptos básicos de planeación, organización y ejecución de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico.

- Procurar la formación de habilidades y destrezas en los estudiantes, que posibiliten mejorar la coordinación por medio de actividades rítmico – danzarias y deportivas, fortaleciendo el proceso cultural y deportivo, a través de montajes coreográficos y las actividades físicas en los deportes de conjunto.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA		CIUDADANAS	LABORALES
Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.		Desarrollo acciones para mejorar continuamente en distintos aspectos de mi vida con base de lo que aprendo de los demás.	Organizacional: Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social. Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
Integrador – bio psicosocial	Desarrollo de los procesos de pensamiento en actividades teórico prácticas, que fortalezcan la comprensión de los deportes en conjunto como aporte al proceso deportivo. La nutrición: composición e importancia de acuerdo a la actividad La alimentación y vida saludable – condición	Respeto por el reglamento de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas, para mejorar cada una de las prácticas.	Creatividad y emociones a través del movimiento

Comunicativo –Lúdico	<p>Conceptualización teórico-práctica:</p> <ul style="list-style-type: none"> Definición, características y tipos de recreación y rítmica Porque participar en actividades de expresión rítmica <p>Valores que se consiguen en las diferentes practicas al igual que el trabajo en equipo.</p>	Reconocer la importancia sobre los elementos básicos de la recreación, deporte y ritmo para una aplicación en su cotidianidad.	Expresión corporal
Kinestésico y de movimiento.	<p>Diferenciación y práctica de los distintos tipos de expresión rítmica.</p> <p>Actividad Física Familiar: proceso de actividad desarrollado en casa con los integrantes familiares, el cual busca como objetivos, facilitar el compartir, fortalecer hábitos de vida saludable y mejorar capacidades físicas corporales básicas de acondicionamiento y mantenimiento.</p>	<p>Interés por realizar actividades de expresión corporal, manifestando su sentir a través del cuerpo.</p> <p>Ejecuta rutinas básicas de actividad física con sus familiares, en dos días de la semana a una intensidad media.</p>	Valoración corporal y de la actividad física
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER	SABER HACER	SABER SER	
Desarrolla elementos rítmicos y coordinativos que permiten buscar una sincronización de movimientos en los montajes coreográficos.	Presenta acciones rítmicas coordinadas desde lo individual hasta lo grupal en un trabajo de actividad física familiar y montaje coreográfico sincronizado en movimiento, tiempo e intensidad.	Busca conformar grupos de apoyo como aporte al proceso del montaje coreográfico para presentar el trabajo grupal participando a nivel institucional y en diferentes contextos.	

PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES

Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.

- Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Gestión de los recursos ambientales y tecnológicos con el fin de garantizar su sostenibilidad

-

Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología

Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología

Media técnica ambiental

- Practicar hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene.

PERIODO 4

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: UNDECIMO

EJE GENERADOR: Técnica y táctica en los deportes de conjunto

OBJETIVO DE GRADO:

- Poseer autonomía y responsabilidad para diseñar, fomentar y aplicar programas de actividad física que permitan la conservación de la salud física y mental, dominando conceptos básicos de planeación, organización y ejecución de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico.
- Fortalecer la práctica de los deportes de conjunto, para el buen uso del tiempo libre, conservando y mejorando la salud física y mental.

COMPETENCIAS

ESPECÍFICAS DEL ÁREA

CIUDADANAS

LABORALES

<p>Integralizador – bio psicosocial Comunicativo – Lúdico. Kinestésico y de movimiento.</p>	<p>Reconoce la importancia sobre los elementos básicos de los deportes de conjunto para una aplicación en su entorno.</p>	<p>Organizacional: Respeto y comprendo los puntos de vista de los otros, aunque esté en desacuerdo con ellos. Media Técnica ambiental Actividad física y hábitos de vida Implemento hábitos saludables mediante la actividad física, de conformidad con las exigencias del perfil idóneo de egreso</p>	
COMPONENTE	CONTENIDOS CURRICULARES	ESTÁNDARES	DBA
<p>Integrador – bio psicosocial</p>	<p>Desarrollo de los procesos de pensamiento en actividades teórico prácticas, que fortalezcan la comprensión de los deportes en conjunto como aporte al proceso deportivo.</p>	<p>Respeto por el reglamento de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas, para mejorar cada una de las prácticas.</p>	<p>Expresión corporal</p>
<p>Comunicativo –Lúdico</p>	<p>Manejo y dominio del cuerpo en el espacio en la práctica de los deportes de conjunto.</p>	<p>Aplicación del deporte de conjunto de mano de su reglamentación, en el fortalecimiento de los valores en interacción con el otro y el respeto por la diferencia en el desarrollo de las capacidades</p>	<p>Valoración corporal y de la actividad física</p>

Kinestésico y de movimiento.	Práctica de actividades deportivas, empleando posiciones básicas, técnica y táctica de juego en los deportes de conjunto.	Mejorar las prácticas motrices coordinativas desde lo teórico y lo práctico en procesos deportivos.	Creatividad y emociones a través del movimiento
INDICADORES DE DESEMPEÑO			
SABER CONOCER		SABER HACER	SABER SER
Identifica gestos técnicos requeridos para las prácticas de los deportes de conjunto, comprendiendo la relación entre juego y deporte.		Ejecuta acciones técnicas y tácticas en un encuentro deportivo.	Conforma equipos de juego para participar en diferentes contextos.
PROYECTOS Y CÁTEDRAS TRANSVERSALES			
<p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, fomento de las diversas culturas, La práctica de la educación Física; la recreación y el deporte formativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo me relaciono saludablemente con el medio ambiente: Gestión de los recursos ambientales y tecnológicos con el fin de garantizar su sostenibilidad <p>Áreas: Edu. Física – Ética – Ciencias Naturales – Tecnología Proyectos: Tiempo Libre – Valores – Ciencias – Tecnología Media técnica ambiental</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social. 			

8. Metodología y estrategias pedagógicas

El área de Educación Física, Recreación y Deportes, se incorpora a los planteamientos de la Institución Educativa en torno al ejercicio y fortalecimiento de la denominada pedagogía activa, misma que aboga por la interacción consciente y propositiva de los educandos no a través de una transferencia pasiva de datos y cifras sino de la construcción activa del saber, por parte del niño, niña y adolescente. Es aquí donde se concibe que la educación tradicional ha prescindido de factores claramente relevantes en el proceso de enseñanza – aprendizaje y que, muy al contrario y según los hallazgos más recientes a nivel de la neuropedagogía, deben ser considerados como los basamentos fundacionales de la educación vigente y de la del futuro; esto es: las emociones, los sentimientos y las motivaciones intrínsecas de cada estudiante; pues, es de la mano de la emoción y de la conexión y afinidad con los discentes que se puede desarrollar un entorno empático que detone la necesidad y el deseo y el gusto por aprender, a través de un proceso de descubrimiento de sí mismo y del entorno.

Teniendo en cuenta lo anterior, el área se deriva del Modelo Pedagógico: en su Pedagogía Activa, adoptado por la institución e incorporado al proyecto educativo institucional, mediante el cual se da prioridad a los aprendizajes basados en las experiencias, en la resolución de conflictos y en el aprender haciendo.

La Pedagogía Activa plantea, que el conocimiento **no** se transfiere o deposita en la mente del otro, sino más bien que el conocimiento se **descubre** o se **construye** por la acción directa del estudiante, como garantía del aprendizaje. Nacen en esta tendencia: la enseñanza por descubrimiento de Jerónimo Bruner, el aprendizaje significativo de David Ausubel, los ritmos de aprendizaje de Piaget, los mapas conceptuales de Novak, la heurística de Gowin, las funciones cognitivas superiores de Feurestein, el paradigma de aprender a aprender de Jaques de Lord y la teoría de la construcción del conocimiento a través de la interacción social, de Vygotsky.

Se visiona del párrafo anterior, que el cimiento de la Pedagogía Activa, es el fortalecimiento y desarrollo de competencias y habilidades a través de la Comunicación. Vygotsky (1993) sostiene que el individuo construye y desarrolla las funciones mentales superior a través de la interacción social, después de pasar por una etapa preverbal en la que un organizador social, como el lenguaje, pasa a ser un organizador psíquico. Blumer (1982) identificó a dicho lenguaje interior como el *self*, refiriéndose a que el significado de las cosas, deriva de la interacción social y del proceso personal de pensamiento.

Se pretende apropiarse del modelo al aula y al espacio libre a través de la práctica docente, que concretaremos en la **intención** (planeación) y en la **acción**. La **intención** se ajusta al marco

curricular colombiano (integración de competencias, estándares, DBA, propósitos de aprendizaje) y establece los momentos de aprendizaje (exploración, estructuración, práctica, transferencia y valoración), para una práctica flexible e inclusiva; la *acción* la concretaremos con las estrategias de pregunta y discusión, el trabajo cooperativo, y el Aprendizaje Basado en Problemas (ABP), que son metodologías activas. En la *acción*, se evidencia la intención, en la exploración, la estructuración, práctica, la transferencia y la valoración, de fortalecer las competencias básicas, ciudadanas y disciplinares y lograr concretar a través de las estrategias activas (estrategia de pregunta y discusión, ABP, aprendizaje cooperativo, y el método de Bruner Concreto-Pictórico-Abstracto CPA).

Se busca que, a través de la estrategia de pregunta y discusión, el ABP, el trabajo en equipos cooperativos y el CPA. Para esto, fortalecer y permear el plan de área con el modelo pedagógico a través de las mallas curriculares, establecer un formato de plan de clase, en el cual, se vean claramente los momentos de la práctica docente como **partes integradoras de un momento de aprendizaje**, coherentes con las dos teorías de aprendizaje, que sustentan el modelo pedagógico de la Pedagogía activa: La Teoría Cognoscitiva social y el Constructivismo, Schunk (2012), De Zubiria (2006).

En resumen, formalizar el plan de aula (plan de clase) que permita ver como se incorporan las competencias disciplinares y ciudadanas, como se potencializa la comunicación en el aula, para ser coherentes con la línea activa y su enfoque por competencias.

Aprendizaje Basado en Problemas (ABP).

El enfoque de pedagogía activa se ve reflejado en la actualidad en la teoría del Aprendizaje Significativo y el Aprendizaje por Descubrimiento, donde no hay forma única de resolver los problemas, no es pertinente enseñar cosas acabadas, sino los métodos para descubrirlas. Para el encajamiento de esta estrategia en el modelo pedagógico de nuestra institución, seguiremos las premisas de la doctora Ramírez (2011) que define ABP como: Modelo de enseñanza, para facilitar el aprendizaje a través de:

- 1) Proporcionar un problema real o ficticio (pero interesante y cercano a la realidad).
- 2) Formar grupos pequeños para que los estudiantes participen en una discusión.
- 3) Indicar una lectura individual al problema para, posteriormente, compartir la información con el grupo.
- 4) Fomentar la participación dentro de los grupos para que los alumnos desarrollen habilidades de comunicación y de aprendizaje auto-dirigido.
- 5) Invitar a los estudiantes a presentar sus soluciones a los problemas frente al grupo. (Ramírez, 2011, p. 3).

Ramírez (2011), afirma que las consideraciones iniciales para la implementación son: Construcción del conocimiento en el sentido que propone Marzano, “Según la taxonomía de Marzano (2001), los procesos de análisis envuelven el conocimiento fino que lleva hacia la generación de nuevas conclusiones.” (Ramírez, 2011, p. 2). Los procesos de análisis según Ramírez son: Emparejamiento, clasificación, análisis de error, generalización y especificación; todos en el marco de una situación dada, es decir, un problema; mismo que requiere para su éxito de un contexto pertinente al grupo, al área, al período de clase, al tema; problema que se resuelve con colaboración (Interacción entre pares que evoquen la zona de desarrollo próximo).

Para el contexto que arrastra el ABP, el rol del docente será el de facilitador: “... ya no es el proveedor de la información e instructor, sino es como un constructor de la experiencia y director del proceso hacia el aprendizaje”. (Ramírez, 2011, p. 3). El estudiante pasa de un rol de receptor de información a uno más activo donde debe construir su propio conocimiento, al ser enfrentado a situaciones problema que le exijan desarrollar su capacidad de análisis y razonamiento.

Las estrategias y las técnicas, para aterrizar el ABP al aula, de acuerdo a Ramírez son: “Diseñar ambientes de aprendizaje Constructivistas, de aprendizaje colaborativo/cooperativo y análisis de problemas siguiendo siete pasos: Clarificar términos, definir el problema, realizar una lluvia de ideas para analizar el problema, clarificar las aportaciones del análisis, definir las metas de aprendizaje, realizar un estudio independiente, reportar hallazgos”. (Ramírez, 2011, p. 4). Algunas de las técnicas podrían ser: Instrucción por pares, las que cada equipo promueva, búsqueda de información, lluvia de ideas, resolver un problema parecido o de menor envergadura (antes de atacar el real). La evaluación considera los siguientes aspectos: Valorar el proceso empleado para la solución del problema, valorar la solución misma del problema, valorar el trabajo colaborativo, valorar la comunicación con el grupo.

Trabajo/Aprendizaje Cooperativo.

La metodología activa facilita la implicación y la motivación. De igual manera el aprendizaje cooperativo, dinámico o comunicativo propicia la interacción de la persona-colectivo con el medio, con sus pares o el docente. El punto de partida del proceso educativo será la manipulación, la vivencia y el contacto directo con los objetos, el cual presupone la formación de los conceptos y el desarrollo de la competencia.

En varias partes de la descripción del modelo pedagógico, se ha afirmado y sustentado la construcción del conocimiento entre pares, en grupos, en equipos colaborativos y en equipos de trabajo cooperativo, como una estrategia de la Pedagogía Activa.

En el trabajo cooperativo/colaborativo, la autorregulación se ve continuamente retroalimentada en tanto los estudiantes contrastan su actuación con sus objetivos y los del equipo, gestionan su participación en el proceso de aprendizaje en conjunto, la tarea de aprendizaje en que participan y la construcción del conocimiento. Se promueve la autorregulación, más que como una capacidad mental o una habilidad de actuación, como un proceso de autodirección de sus competencias académicas de observación, análisis, juicio crítico, etc., e incluso de socialización y de control emocional.

La percepción sobre las propias capacidades y destrezas cognitivas que el estudiante tiene en su participación cooperativa/colaborativa es, a la vez, una motivación para aprender. “Cuando los alumnos se dan cuenta de que tienen algún control sobre la información a la que tienen acceso, se sienten responsables de su propio aprendizaje y no se ven como simples receptáculos indefensos de la información que otros les hacen llegar” (Johnson, 1985, pág. 35, en Campanario, 2002). Visto así, para fomentar el aprendizaje autorregulado es preciso transferir una cierta responsabilidad a los estudiantes.

Teniendo en cuenta la pedagogía activa, las prácticas de la Educación Física exigen detallar los procedimientos de realización de las prácticas en Educación física y cuestionar los modelos de enseñanza para hacer una didáctica no lineal sino múltiple.

Los procesos didácticos tienen el encargo de organizar, dosificar y valorar la enseñanza de la Educación Física con orientaciones pedagógicas que permiten el desarrollo de la dimensión corporal y la lúdica.

El desarrollo de la metodología debe tener en cuenta unas condiciones y procedimientos que faciliten el aprendizaje, entendido como un proceso complejo que se produce bajo condiciones que están en permanente cambio de origen biológico, psicológico y sociocultural que deben tenerse en cuenta para la orientación de la enseñanza. Es decir, se debe partir de las características, la experiencia y las motivaciones del estudiante.

Esta propuesta implica un trabajo colectivo de discusión permanente, requiere de una apropiación seria de herramientas teóricas que se discuten en un grupo determinado de estudiantes, quienes desempeñarán diferentes roles siguiendo, el patrón indicado, esto implica un proceso continuo de retroalimentación entre teoría y práctica, lo que garantiza que estos dos aspectos tengan sentido.

Aprendizaje significativo:

Permite adquirir nuevos significados mediante:

- a. Exploración de significados previos, haciendo un diagnóstico de saberes, habilidades y necesidades del estudiante.

El aprendizaje de los niños y jóvenes en la interacción directa de su cuerpo con el entorno, las personas, los objetos y el espacio donde está. Durante esta interacción, el cuerpo cumple una función de punto de partida, indispensable para conocer todo aquello que nos rodea.

- b. Profundización o transformación de significados, pasando de los conocimientos previos a los conocimientos nuevas, mediante el análisis, la reflexión, la comprensión, el uso de los procesos básicos de pensamiento, aplicación de los procesos inductivo-deductivo y la aplicación del pensamiento crítico.

La claridad respecto a estos conocimientos previos permitirá a los maestros plantear a los niños diversas situaciones de aprendizaje, en las cuales se favorezca notablemente la percepción y la posibilidad de experimentar con los objetos y con el propio cuerpo.

- c. Verificación, evaluación, ordenación de nuevos significados: Comparación de las experiencias previas con las nuevas teniendo en cuenta el desempeño que medirá la calidad del aprendizaje, de esta manera el aprendizaje será significativo para los estudiantes y lo relacionarán con experiencias concretas de su vida cotidiana. Pues no es de ignorarse que a través del estímulo a la inteligencia se crean estímulos a la autonomía personal, al reconocimiento de la diferencia, la creatividad y se generan bases para el desarrollo de habilidades en lecto – escritura, del pensamiento lógico-matemático y de la estética en todas sus manifestaciones. La propuesta curricular expresada en las mallas se fundamentan en los lineamientos curriculares de Educación Física Recreación y Deportes emanados por el Ministerio de Educación nacional, los cuales determinan el plan de estudios por ciclos además de acuerdo a Jean Piaget el cual plante los estadios de desarrollo sicomotriz estos están determinados por unos ciclos, en Educación Física para poder observar la adquisición de las competencias se requiere de la estructuración de unos desempeños básicos y unos desempeños finales.

Experimental

Toda la metodología de competencia se hace sobre el desempeño, éste mide la calidad del aprendizaje para evaluar el desempeño, para esto necesito métodos, técnicas e instrumentos. No todos los estudiantes pueden decir que alcanzarán el logro hasta tanto realicen la actividad física planteada secuencial y progresiva.

La Educación Física en el preescolar como en la básica primaria y en el bachillerato no puede ser una autorrealización del niño y el joven sin ninguna orientación.

Tampoco necesita un educador que sea modelo para ejecutar acciones.

La metodología debe ser activa y lúdica que permita al niño y al joven:

1. La ejecución de actividades
2. Resuelva problemas
3. Desarrolla iniciativas
4. Demuestra lo aprendido
5. Satisfaga sus necesidades sin que sea obligatoriamente el modelo presentado por el docente favoreciendo el desarrollo motor.

Es aconsejable la utilización de juegos, las explicaciones cortas y la utilización de material variado y sencillo como pelotas, bolsas, aros, bastones y cuerdas en diferentes pesos

- Es necesario el descanso activo y trabajo activo dosificando las cargas.
- Los movimientos y ritmos naturales deben ser en forma progresiva para que el estudiante domine su espacio.
- Las actividades planeadas deben responder a las exigencias, intereses y necesidades en un periodo de desarrollo específico.

Es bueno tener en cuenta estas 3 actividades:

1. La actividad exploratoria: El maestro escucha, observa e interviene en el momento necesario.
2. La actividad guiada: El maestro interviene (conduce la situación) escoge variables, sugiere materiales y propone ritmos.
3. La actividad conducida: EL maestro enseña sin bloquear el proceso de descubrimiento del estudiante.

No olvidemos que este es un proceso interactivo entre el estudiante, el maestro y los contenidos.

Las actividades se desarrollan utilizando lo que ofrece el entorno escolar.

Estrategias metodologicas.

Actividades de iniciación:

- Indagación acerca de saberes previos a partir de diferentes conductas de entrada
- Exposición magistral de conceptos y términos básicos
- Consulta del tema con anterioridad
- Preguntas o problemas auténticos para motivar al estudiante.
- Proyección de videos, lecturas, juegos, salidas pedagógicas
- Experimentación a través del desarrollo de acciones motrices

Actividades de desarrollo:

- Explicación y aclaración de dudas
- Retroalimentación
- Conceptualización y socialización
- Confrontación entre lo enseñado y lo aprendido
- Utilización del tic
- Prácticas y talleres experienciales

Actividades de finalización:

- Presentación de problemas y ejercicios resueltos
- Talleres, evaluaciones escritas y orales
- Trabajo en equipo con su respectiva sustentación
- Exposiciones
- Prácticas deportivas

- **TIC:** Estas constituyen una estrategia metodológica muy importante, en la medida en que enriquece los diferentes ambientes de aprendizaje y brindan al estudiante la posibilidad de manejar la información de una manera más amplia y responsable. Algunas de las actividades que se pueden planear, derivan en actividades como:
 - Uso de un procesador de textos para elaborar apuntes, unidades didácticas, boletines de tareas, guiones de prácticas, exámenes, etc. (Word, WordPerfect,).
 - Diseño de gráficos y tratamiento de imágenes (Paint, CorelDraw, Autocad).
 - Diseño de diapositivas, transparencias y presentaciones (PowerPoint).
 - Construcción de mapas o diagramas conceptuales con herramientas de tipo general (PowerPoint, Harvard Graphics) o de tipo específico (Visio).
 - Gestión de datos personales y académicos del alumnado (Acces, Dbase)

De esta misma manera se pueden desarrollar otras actividades relacionadas con las prácticas, teniendo en cuenta que se pueden abordar diferentes estrategias metodológicas, desde un elemento integrador, dentro de las cuales se pueden describir:

- El trabajo se estructura desde las bases primero de primaria hasta grado undécimo, en los contenidos de cada unidad de trabajo de los diferentes periodos, llevando secuencialidad y transversalidad a nivel curricular, lo cual se evidencia en la temática central en cada una de las mallas curriculares y la planeación de las clases.
- Además, se fortalecerá el respeto, la tolerancia, los valores humanos, la convivencia, la libre expresión y la espiritualidad en cada uno de los estudiantes.
- Orientar hacia la conservación de la buena salud física y mental, la calidad de vida y el uso racional del tiempo libre.
- Estimular en los estudiantes, una conciencia investigativa para que tenga bases teórico-prácticas a cerca del conocimiento y los cambios fisiológicos que se dan en su cuerpo.

9. Criterios y estrategias de evaluación

La evaluación se ha transformado y se abre hacia la valoración no solamente de los avances del estudiante en su formación integral, sino que también involucra a los distintos actores educativos de una forma comprometida y dinámica. Con esto los padres de familia, los docentes, los directivos docentes, la institución y el sistema educativo mismo adquieren un protagonismo esencial en los procesos evaluativos de los estudiantes y en el acompañamiento de estos para el logro de las competencias básicas. En este escenario empieza a ser muy importante poder tener procesos de evaluación en el aula, donde por medio de distintas estrategias valorativas, se busque no solo medir logros educativos de los estudiantes sino realmente estar al tanto de los procesos de aprendizaje de los niños, niñas y jóvenes. Allí es esencial que no se realicen únicamente aplicaciones de pruebas en un corte de tiempo definido, sino que realmente se implementen procesos permanentes de evaluación integral y formativa. Con esto, el trabajo de evaluación que se debe emprender en el interior de las aulas de clase debe procurar empoderar a los estudiantes de sus procesos de aprendizaje y que ellos tengan plena claridad sobre los desempeños sobre los cuales están siendo evaluados. Es decir, resulta vital hacer partícipe a los estudiantes de los procesos evaluativos que se generen en las clases y que las aplicaciones de pruebas censales nacionales sean un elemento más de análisis para una evaluación que busca ser de carácter formativo y que busca acompañar y evidenciar los avances en el desarrollo de competencias de los niños, niñas y jóvenes. En todo caso, la evaluación debe ser mirada como una actividad de aprendizaje que, a partir de la definición y empleo de criterios y medios por parte de todos los participantes en la acción educativa, permite analizar el desarrollo de esa acción y proporciona información para mejorar su calidad. La meta fundamental que debe regir a todos los docentes, del área de humanidades, es la de procurar de manera absoluta que todos sus estudiantes alcancen de manera exitosa los fines propuestos o establecidos dentro de un determinado proceso y período educativo, Lograr que todos aprendan; que todos sean competentes en el mundo actual y en la sociedad en que se desempeñan.

El concepto de competencia es multidimensional e incluye distintos niveles como:

1. SABER CONOCER (datos, conceptos, conocimientos).

2. SABER HACER (habilidades, destrezas, métodos de actuación).

3. SABER SER (actitudes y valores que guían el comportamiento, en su comunicación y en el trabajo cooperativo)

La evaluación formativa se propone como una oportunidad para que el aprendiz identifique sus necesidades, su nivel de desarrollo y de progreso; y de igual manera para que el docente proporcione retroalimentación y el andamiaje necesario para asegurar ese desarrollo y progreso. Las evaluaciones deben concretar la visión pragmática y holística del desarrollo de las competencias comunicativas que propone este currículo.

ROL DEL DOCENTE.

- Animar
- Orientar
- Tener en cuenta los intereses de los estudiantes
- Corregir errores
- Retroalimentar a sus estudiantes

ROL DEL ESTUDIANTE.

- Construir su propio conocimiento
- Ser emisor de su propio conocimiento
- Ser creativo y abierto al cambio
- Indagar para aprender
- Integrarse a grupos de trabajo en clase
- Ser autónomo

La evaluación se desarrolla por procesos, el profesor observa y analiza para comprobar, constatar, comparar, determinar, identificar, diferenciar, valorar, presentar alternativas y tomar decisiones. En el proceso evaluativo se toma como referencia el trabajo en clase, su responsabilidad en el desarrollo de los compromisos y su nivel de desempeño frente a las evaluaciones de contenido y de competencias. La evaluación se enfoca en el seguimiento continuo, la participación constante del estudiante y su participación en el proceso. Se busca que el estudiante participe activamente del proceso y se muestre dinámico. Es de vital importancia que los estudiantes también participen en su proceso evaluativo, analizando sus propios desempeños y estableciendo planes de mejora que les ayuden a la consecución de los objetivos.

Prósitos de la evaluación.

1. Identificar las características personales, intereses, ritmos de desarrollo y estilos de aprendizaje del estudiante para valorar sus avances.
2. Proporcionar información básica para consolidar o reorientar los procesos educativos relacionados con el desarrollo integral del estudiante.
3. Suministrar información que permita implementar estrategias pedagógicas para apoyar a los estudiantes que presenten debilidades y desempeños superiores en su proceso formativo.
4. Determinar la promoción de estudiantes.
5. Aportar información para el ajuste e implementación del plan de mejoramiento institucional.
6. Tener una función pedagógica que permita reflexionar y revisar los procesos de aprendizaje y de enseñanza con el fin de optimizarlos.

Características de la evaluación:

Formativa, analiza, valora, reflexiona los procesos educativos, y mejora creando estrategias de apoyo diferenciado

Continua, realizada de manera permanente con base en un seguimiento que permita apreciar el progreso y las dificultades que puedan presentarse en el proceso de formación de cada estudiante.

Integral, donde se tiene en cuenta todos los aspectos o dimensiones del desarrollo del estudiante.

Sistemática, es decir, organizada con base en principios pedagógicos y que guarden relación con los fines y objetivos de la educación, los contenidos, los métodos.

Flexible, equitativa e inclusiva para tener en cuenta los ritmos de desarrollo de los estudiantes en sus diferentes aspectos; por lo tanto, deben considerar la historia del educando, sus intereses, sus capacidades, sus limitaciones y en general su situación concreta.

Interpretativa que busque comprender el significado de los procesos y resultados de la formación del estudiante.

Participativa, que involucren a varios agentes, propiciando la autoevaluación, la coevaluación y la heteroevaluación.

Estrategias de evaluación

La evaluación es un procedimiento sistemático, que valora no solo el conocimiento y el desempeño de los estudiantes, sino la eficacia del proceso de enseñanza. En ese sentido, sus resultados deben revertirse en procesos de mejoramiento de las condiciones en las que se lleva a cabo el proceso de aprendizaje, en la implementación de nuevas metodologías y en la utilización de materiales. Se hace fundamentalmente por comparación del estado del desarrollo formativo y cognitivo de un estudiante, con relación a los logros propuestos en cada área y grado. Los procesos de evaluación son:

COGNITIVAS.

1. Pruebas de comprensión, análisis, discusión crítica y en general de confrontación de aprendizajes.
2. Apreciaciones cualitativas hechas como resultado de observación, diálogo, entrevistas, etc.
3. Evaluaciones por competencias, las cuales tienen como objetivo, confrontar en forma escrita los logros alcanzados por el estudiante en las actividades regulares de aprendizaje y determinar el nivel de desempeño en cada una de las competencias.
4. Exposiciones, evaluaciones orales y toda actividad que dependa de la argumentación de los estudiantes.

PROCEDIMENTALES.

1. Trabajos individuales de consulta e investigación con la respectiva sustentación individual, ya sean en clase o en casa de acuerdo a la propuesta del docente.
2. Trabajos en grupos cooperativos realizados en clase con orientación del docente. –
3. Valoración continúa de las actitudes manifestadas por el estudiante durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en su trabajo personal de clase y el aprovechamiento del tiempo de la misma.

ACTITUDINALES.

1. Presentación de materiales, formatos, carpetas y toda herramienta pedagógica requerida por el docente con previo aviso.
2. Actitud positiva de trabajo, aprovechamiento del tiempo, disciplina y disposición en clase.
3. Procesos de evaluación evidenciados en la Co-evaluación, hetero-evaluación y autoevaluación al finalizar cada período académico.

10. Recursos

En los recursos y materiales del área de Educación Física es necesario establecer las diferencias que existen entre uno y otro.

Para hacer esta diferencia nos basamos en Blázquez (1994) y se puede argumentar así:

Los materiales se definen como curriculares que han sido elaborados con una finalidad explícita, mientras que los recursos didácticos toman su verdadero valor pedagógico en el momento en que los docentes deciden, desde la metodología, integrarlos al currículo

Los materiales y recursos en el área de Educación Física, cumplen diferentes finalidades como:

- Posibilitan la auto instrucción
- Motivación al estudiante en el momento de desarrollar una tarea
- Son un medio entre la teoría y la práctica para la realización y ejecución de una actividad
- Favorecen la comunicación e interacción entre los estudiantes
- Son elementos auxiliares y eficaces en el momento de la ejecución de una tarea motriz

Se clasifican de acuerdo a su uso en la ejecución de los procesos curriculares, pueden ser materiales convencionales estándar o materiales alternativos que posibilitan el desarrollo y motivación en la creatividad de un estudiante.

Dentro de los recursos y materiales que se utilizarán para el desarrollo del presente plan desde su concepción curricular, tenemos:

- Instalaciones deportivas
- Material deportivo
- Material soporte
- Material impreso

- Material audiovisual e informático
- Material complementario

Los anteriores materiales y recursos los clasificamos de la siguiente manera:
Humanos, físicos e institucionales.

Humanos: Estudiantes, docentes, directivos docentes y comunidad educativa en general.

Físicos: Pelotas, balones, aros, bastones, cuerdas, colchonetas, juegos varios etc.

Institucionales: Canchas: sintética y polideportiva, patio salón, auditorio y corredores.

11.BIBLIOGRAFÍA

Gil Uribe Edgar. Coautor del texto didáctico. Experiencias Pedagógicas desde la Educación Física

Marco General Programas Curriculares de EDFISICA/Ministerio de ED NAL.1988

Figuroa De Kara, L. (s.f.). Desarrollo curricular y transversalidad. Recuperado el 10 de Marzo de 2009, de www.academia.use.edu.ar

Camacho Coy, H. (2003). Pedagogía y Didáctica de la Educación Física. Armenia: Kinesis

Quintero Pérez Luis Eduardo. Estrategias de mejoramiento de componentes curriculares. Educación Física: Editorial Los tres Editores S.A.S.

Ministerio de Educación Nacional, 2002, p. 5):

Lineamientos curriculares de Educación Física. (2002), (2005), (2010), (2012) y (En línea). Colombia: Disponible en: <http://www.mineducación.gov.co>

Competencias lectoras en el aula. (2009) Colombia: Editorial Sic

González, (1993) citado por Chaverra et al, 2010, P. 37

Morín, E. (1999), Saberes y competencias. España: Edición Paidós Ibérica S.A. p. 54

Morín, E. (2001). Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. España: Edición Paidós Ibérica S.A.

Universidad de Antioquia. (2006). Guía Curricular para la Educación Física. Módulo 03 Y 04. Antioquía, Colombia

Camacho, Castillo y Monje, 2007

Orientaciones pedagógicas para la enseñanza de la EDFISICA/Ministerio de ED NAL. 2010

Perfil Sociodemográfico 2005-2015(DANE-Municipio de Medellín, 2010, págs. 7-8)

ONU, 2006, p. 4; Luckasson y cols., 2002, p. 8; Verdugo y Gutiérrez, 2009, p. 17

CIBERGRAFÍA

- https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf
- https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf
- <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/288-plan.pdf>

