



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR- 26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PLAN DE ÁREA

EDUCACIÓN FÍSICA

RECREACIÓN Y DEPORTES

2025



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

TABLA DE CONTENIDO

1.	IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA.....	3
1.1.	Grados en los cuales se sirve el área e intensidad anual.....	3
2.	OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA.....	4
3.	FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO COLOMBIANO.....	6
4.	MARCO CONCEPTUAL DEL ÁREA.....	7
4.1	Tendencias de la educación física.....	7
4.2	Propósitos de la Educación Física.....	7
4.3	Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deportes	8
4.4	Metas de formación del área de Educación física, Recreación y Deportes.....	8
4.5	Competencias de la educación física.....	8
5.	DIAGNÓSTICO DE NECESIDADES DE FORMACIÓN	9
5.1.	Conclusiones generales.....	13
6.	METODOLÓGIA GENERAL	13
	Diseño Universal de Aprendizaje (DUA)	14
	Mando directo	22
	Asignación de tareas	22
	Actividades de grupos.....	23
	El descubrimiento guiado.....	23
	Resolución de problemas	23
	Trabajo en equipo	23
	Mapas Conceptuales.....	24
	Vinculación de las TIC	24
	Aprendizaje en línea	24
7.	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL ÁREA	24
8.	RECURSOS GENERALES	25
8.1.	Físicos.....	25
8.2.	Tecnológicos.....	25
8.3.	Humanos	26
9.	ESTRUCTURA DEL AREA.....	27
10.	DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS, COMPETENCIAS E INDICADORES POR GRADO EN LOS PERIODOS ACADÉMICOS	28
10.1.	GRADO: PRIMERO	28
	PRIMERO PERIODO UNO	28
	PRIMERO PERIODO DOS	30
	PRIMERO PERIODO TRES	31



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO


"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

SEGUNDO PERIODO UNO	35
SEGUNDO PERIODO DOS.....	36
SEGUNDO PERIODO TRES.....	37
TERCERO PERIODO UNO	40
TERCERO PERIODO DOS	42
TERCERO PERIODO TRES	44
CUARTO PERIODO UNO	46
CUARTO PERIODO DOS	48
CUARTO PERIODO TRES.....	49
QUINTO PERIODO UNO	52
QUINTO PERIODO DOS.....	54
QUINTO PERIODO TRES	55
SEXTO PERIODO UNO	59
SEXTO PERIODO DOS	60
SEXTO PERIODO TRES	62
SEPTIMO PERIODO UNO.....	63
SEPTIMO PERIODO DOS	64
SEPTIMO PERIODO TRES.....	65
OCTAVO PERIODO UNO	66
OCTAVO PERIODO DOS	68
OCTAVO PERIODO TRES	69
NOVENO PERIODO UNO	70
NOVENO PERIODO DOS.....	72
NOVENO PERIODO TRES.....	73
DECIMO PERIODO UNO.....	74
DEIMO PERIODO DOS.....	75
DECIMO PERIODO TRES.....	77
ONCE PERIODO UNO	78
ONCE PERIODO DOS	79
ONCE PERIODO TRES	80
11. GLOSARIO	¡Error! Marcador no definido.
12. BIBLIOGRAFÍA	¡Error! Marcador no definido.
13. ANEXOS	95
13.1 ANEXO A TRASVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS	96
13.2 ANEXO B PLANES DE AREA DEL CLEI.	109
13.3 ANEXO C TRANSVERSALIZACIÓN CURRICULAR CON LA MEDIA TECNICA	126

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

13.4 ANEXO D CONTROL DE AJUSTES AL DISEÑO Y CONSECUENCIAS POTENCIALES DE FALLAS EN PRODUCTOS Y SERVICIOS.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO
"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26


ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

1. IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA

1.1. Grados en los cuales se sirve el área e intensidad anual:

GRADO	DOCENTE RESPONSABLE	INTENSIDAD HORARIA ANUAL
1º	Olga lucia Cadavid	80 HORAS
2º	Olga lucia Cadavid	80 HORAS
3º	Olga lucia Cadavid	80 HORAS
Brújula Pb	Olga lucia Cadavid	80 HORAS
4º	Olga lucia Cadavid	80 HORAS
5º	Olga lucia Cadavid	80 HORAS
6º	Duván Darío Sepúlveda Ardila	80 HORAS
7º	Duván Darío Sepúlveda Ardila	80 HORAS
8º	Duván Darío Sepúlveda Ardila	80 HORAS
9º	Duván Darío Sepúlveda Ardila	80 HORAS
10º	Duván Darío Sepúlveda Ardila	40 HORAS
11º	Duván Darío Sepúlveda Ardila	40 ORAS

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

1.2 Convenciones Que Señalan La Transversalización Con Proyectos


	PROYECTO PROGRAMA O CÁTEDRA A TRANSVERSALIZAR	CONVENCION	OBSERVACIONES
PROYECTOS TRASVERSALIZADOS	PROYECTO PRAE:	<i>Textos en cursiva</i>	<i>Resaltado en negrita</i>
	EDUCACIÓN SEXUAL	ROJO	RESALTADO
	APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE , el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo	VERDE Aceituna	Relaciona La tecnología y el aprovechamiento del tiempo libre, desde el uso responsable de las mismas evitando los riesgos asociados, tales como la ciberadicción, ciberacoso, entre otros.
	ALIMENTACIÓN ESCOLAR PAE	LILA	Se escribe la Sigla PAE en mayúscula resaltado en naranja al final del contenido, indicador o competencia.

2. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA:

De conformidad con la ley 115 de 1994, los objetivos de la educación física en los diferentes niveles de educación son:

Artículo 13, Objetivos comunes de todos los niveles. Es objetivo primordial de todos y cada uno de los niveles educativos el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas encaminadas a:

- a) Formar la personalidad y la capacidad de asumir con responsabilidad y autonomía sus derechos y deberes.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

- 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.
- h) Fomentar el interés y el respeto por la identidad cultural de los grupos étnicos

ARTICULO 20. Objetivos generales de la educación básica. Son objetivos generales de la educación básica:


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

Artículo 21, Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria los siguientes numerales:

- a) La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente;
- b) 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;
- c) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;

Artículo 22, Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria en los siguientes numerales:

- a) La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella;
- b) La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

Artículos 14 y 23, le reconocen a la educación física, al deporte, a la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre su carácter de proyecto pedagógico transversal, de obligatoria inclusión en el currículo y en el proyecto educativo institucional, para todos los grados y niveles del sistema educativo hasta la educación media.

ARTICULO 30. Objetivos específicos de la educación media académica. En los siguientes numerales:

- a) La profundización en un campo del conocimiento o en una actividad específica de acuerdo con los intereses y capacidades del educando;
- b) El desarrollo de la capacidad para profundizar en un campo del conocimiento de acuerdo con las potencialidades e intereses;
- c) La vinculación a programas de desarrollo y organización social y comunitaria, orientados a dar solución a los problemas sociales de su entorno;
- d) El fomento de la conciencia y la participación responsables del educando en acciones cívicas y de servicio social;
- e) 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.


3. FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO COLOMBIANO:

Los fines aquí planteados, son fines emanados desde el Ministerio de Educación Colombiano y son, por su amplitud y precisión, los mismos que encausarán nuestro proyecto educativo del área.

Se reitera aquí entonces, el interés por abordar nuestras labores y el desempeño de los estudiantes desde sus diferentes dimensiones, hacia la construcción de una identidad de sujeto en sí mismo y en proyección.

Es, por tanto, que se definen para el presente proyecto los fines siguientes:

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
2. La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad.
10. La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la prevención de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo y la defensa del patrimonio cultural de la Nación.
11. La formación en la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

individual y social.

12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

4. MARCO CONCEPTUAL DEL ÁREA


Tendencias de la educación física

Énfasis en las prácticas escolares

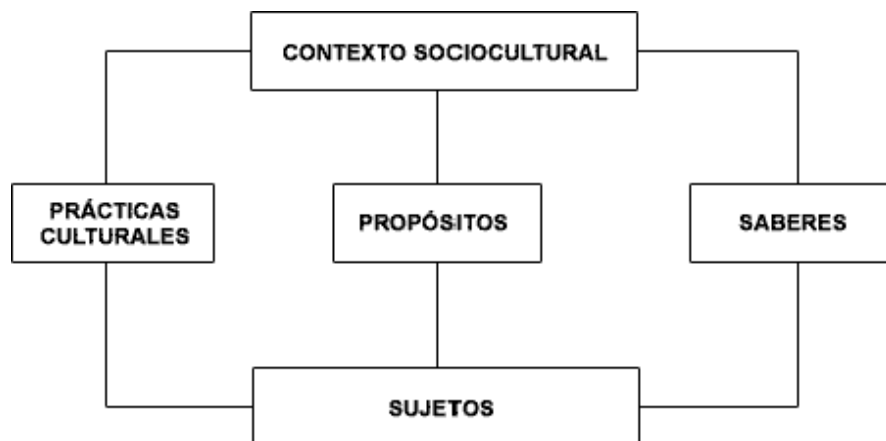
A pesar de que actualmente existen diversas tendencias de la educación física a nivel nacional con énfasis tales como: "Enseñanza y práctica del deporte y la condición física, en las actividades recreativas y tiempo libre, la psicomotricidad; estética corporal, danzas y representaciones artísticas", nuestras instituciones han trascendido las limitaciones cuyos linderos propiciados por cada énfasis nos encasillaría en una sola de ellas, por el contrario pretendemos desarrollar una fusión, distribuyéndolas de acuerdo a los ciclos y grados

Propósitos de la Educación Física.

- Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de prácticas culturales de la actividad física.
- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano la organización del tiempo y el espacio, la interacción social, la construcción de técnicas de movimiento y del cultivo y expresión del cuerpo, la experiencia lúdica y recreativa.
- Orientar una educación física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.
- Generar prácticas sociales de la cultura física como el deporte, el uso creativo del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.
- Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los Proyectos Educativos Institucionales.
- Impulsar una nueva didáctica pertinente a los procesos formativos, que sea investigativa, participativa y generadora de proyectos creativos.
- Orientar el establecimiento de las condiciones educativas que permitan los cambios requeridos en los ambientes de participación y organización de materiales, espacios físicos, tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo de la educación física.
- Orientar para que se asuma la investigación como actitud y proceso cotidianos y permanentes del trabajo curricular, como estrategia pedagógica para que el área responda a las necesidades actuales del desarrollo pleno de la personalidad.
- Promover la cualificación de los docentes como gestores y constructores de cambios educativos; impulsar la adquisición de nuevas competencias disciplinares, éticas, políticas pedagógicas y consolidar las comunidades académicas del área.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

El logro de estos propósitos exige un enfoque curricular que impulse los procesos que se desarrollan en el estudiante y analice permanentemente los resultados, determine el carácter y uso de las prácticas sociales, y precise las competencias para el desempeño del estudiante en un determinado contexto.



Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deportes

Al área de Educación Física, Recreación y Deporte corresponde la formación de estudiantes competentes para vivir humanamente, teniendo como referente las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego. En esta concepción formativa, lo corporal es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. El juego es la condición de posibilidad de lo lúdico como ejercicio de la libertad y de la creatividad humana.

La actuación humana en el mundo, mediada por lo corporal, implica ser competente en lo motriz, en procesos de adaptación y transformación; en lo expresivo, en procesos de autocontrol y comunicación; y en lo axiológico, para el cuidado y la preservación de las condiciones vitales del individuo, en concordancia con el entorno social y natural.


Metas de formación del área de Educación física, Recreación y Deportes

- Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano.
- Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad.
- Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas.
- Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz.
- Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente.
- Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte.

Competencias de la educación física

La formación en Educación Física, Recreación y Deporte en el ámbito educativo no solo permite el desarrollo y fortalecimiento de las competencias básicas. Supone también el desarrollo y apropiación de unas competencias específicas propias del área, desde un enfoque integral del ser humano:

La competencia motriz, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia.

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.

Se debe resaltar que las competencias específicas del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, expresan un conocimiento vivencial que implica una estrecha relación entre cuerpo, emoción y sentido. Toda acción supone la existencia de una intención que le otorga sentido al movimiento e involucra la totalidad del ser humano en su realización. Quien al moverse sabe lo que va a hacer, tiene un repertorio de posibilidades para tomar decisiones, ejecutadas de acuerdo con un objetivo y un contexto determinado.

La formación por competencias en la Educación Física, Recreación y Deporte es una importante tarea educativa para ser desarrollada en el proceso formativo de los estudiantes durante el transcurso de su vida escolar y en los distintos niveles y grados educativos, desde preescolar hasta grado once, con base en un concepto de educación permanente, que se inicia en la primera infancia y continúa a lo largo de la vida. Aun después de concluir la escolaridad.

5. DIAGNÓSTICO DE NECESIDADES DE FORMACIÓN:

El área de Educación Física Recreación y Deportes considerada como un área transversal a todos los saberes de formación académica y técnica y aunque no es evaluada como tal por el estado en la parte conceptual, si lo hace desde el sector productivo donde se percibe un estudiante organizado, competente en lo intelectual, en lo laboral y relacional, en una sociedad que lo tiene inmerso desde lo cotidiano y lo específico.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

DIAGNÓSTICO DE NECESIDADES DE FORMACION POR GRADOS 2023		
GRADO	FORTALEZAS	DEBILIDADES
PRIMERO	<p>La mayoría de los estudiantes demuestran interés y disposición para realizar las actividades.</p> <p>Es un área de la cual disfrutan mucho. Se observa excelente desarrollo de la motricidad gruesa y coordinación en la marcha, al correr y el salto, también tienen buen manejo del espacio y utilización de algunos elementos para juego como aros o bastones.</p>	<p>La mayor dificultad se evidencia en el manejo de la lateralidad, el respeto de las normas de juego y el individualismo en las prácticas de los juegos.</p>
SEGUNDO	<p>Los estudiantes evidencian habilidades motrices que les permiten desplazarse a partir de diferentes movimientos como caminar, correr, trepar, saltar, reptar, bailar</p>	<p>Los estudiantes presentan dificultad en los procesos de lectura y escritura lo cual implica apoyo constante en la realización de las actividades, además se ve limitado el alcance de las metas propuestas de forma individual.</p>
TERCERO	<p>Es un área de la cual disfrutan mucho y participan de las actividades de la clase.</p> <p>Los estudiantes demuestran interés y disposición para realizar las actividades.</p> <p>El área de educación física es un área de agrado para los estudiantes.</p> <p>Realizan adecuadamente ejercicios demostrando habilidades motrices básicas.</p> <p>Cuentan con capacidades al interactuar con sus compañeros.</p>	<p>Espacios físicos limitados para la práctica de la actividad física</p> <p>Se le dificulta realizar actividades motrices en tiempos distintos y diversos espacios, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar en diferentes direcciones, niveles y ritmos.</p> <p>Se le dificulta establecer relaciones dinámicas entre sus movimientos corporales y el uso de implementos; coordina sus movimientos de acuerdo a diferentes ritmos y posiciones.</p> <p>Presenta dificultades para el desarrollo de habilidades motrices en juegos utilizando diferentes elementos.</p>
BRUJULA	<p>Los estudiantes evidencian habilidades motrices que les</p>	<p>Los estudiantes presentan dificultad en los procesos de</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>PB</p>	<p>permiten desplazarse a partir de diferentes movimientos como caminar, correr, trepar, saltar, reptar, bailar</p>	<p>lectura y escritura lo cual implica apoyo constante en la realización de las actividades, además se ve limitado el alcance de las metas propuestas de forma individual. Se les dificulta la escucha y el seguir instrucciones, el trabajo en equipo.</p>
<p>CUARTO</p>	<p>La mayoría de los estudiantes demuestran interés y disposición para realizar las actividades.</p> <p>El área de educación física es un área de agrado para los estudiantes.</p> <p>Realizan adecuadamente ejercicios demostrando habilidades motrices básicas.</p> <p>Cuentan con capacidades al interactuar con sus compañeros y Los diferentes implementos deportivos.</p>	<p>Escuchar y seguir las instrucciones.</p> <p>Manejo de la lateralidad y espacialidad.</p> <p>Acatar las normas durante la clase.</p> <p>Algunos estudiantes son demasiado intolerantes con sus compañeros lo cual nos les permite un buen trabajo.</p> <p>La cantidad de estudiantes por grupo dificulta captar la atención de los estudiantes y el desarrollo de la clase.</p>
<p>QUINTO</p>	<p>Es un área de la cual disfrutan mucho y participan de las actividades de la clase.</p> <p>Los estudiantes demuestran interés y disposición para realizar las actividades.</p> <p>El área de educación física es un área de agrado para los estudiantes.</p> <p>Realizan adecuadamente ejercicios demostrando habilidades motrices básicas.</p> <p>Cuentan con capacidades al interactuar con sus compañeros</p>	<p>Escuchar y seguir las instrucciones.</p> <p>Espacios físicos limitados para la práctica de la actividad física</p> <p>Se le dificulta realizar actividades motrices en tiempos distintos y diversos espacios, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar en diferentes direcciones, niveles y ritmos.</p> <p>Se le dificulta establecer relaciones dinámicas entre sus movimientos corporales y el uso de implementos; coordina sus movimientos de acuerdo a diferentes ritmos y posiciones.</p> <p>. Presenta dificultad para manejar de manera segmentaria su cuerpo utilizando un elemento</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		: Realiza con un nivel básico las actividades deportivas
SEXTO	Los estudiantes del grado 6 reconocen las diferentes habilidades físicas como reptar caminar correr saltar y girar, se puede evidenciar los procesos de los diferentes patrones básicos de movimiento. Son jóvenes que les gusta trabajar en equipo y los juegos competitivos, son respetuosos y colaboradores en los diferentes procesos de la clase teórica y práctica.	Se debe mejorar en los patrones de equilibrio y manipulación para potenciar la coordinación viso manual. Deben mejorar en la realización de trabajos extra clase (consultas) ya que la mayoría no trae sus tareas.
SÉPTIMO	Los estudiantes del grado 7° tienen dominio de los patrones básicos de movimiento, demuestran interés por los deportes como micro futbol y voleibol. Son respetuosos y colaboradores en las diferentes clases de educación física. Son grupos muy numerosos con estudiantes extra edad, sin limitaciones para realizar las actividades propuestas.	Se debe mejorar en los patrones la adaptación de espacios y manipulación de objetos para potenciar la lateralidad y ubicación. Deben mejorar en la realización de trabajos extra clase (consultas) ya que la mayoría no trae sus tareas
OCTAVO	Los estudiantes del grado 8° reconocen las diferentes capacidades físicas, la mayoría de los estudiantes tienen afinidad para los juegos de coordinación y trabajo en equipo, son jóvenes respetuosos de la norma y sin dificultades para realizar el trabajo de clase.	Se debe mejorar en las diferentes fases de los saltos, ya que en su mayoría no realizan la planta- flexión. Mejorar los procesos de ritmo y coordinación.
NOVENO	Los estudiantes del grado 9° presentan buen desarrollo de las capacidades físicas, presentan buena disposición para realizar las diferentes actividades prácticas, son respetuosos de la norma, demuestran afinidad por los deportes del voleibol y micro futbol.	Algunos estudiantes presentan dificultades para realizar actividades coordinativas, se debe mejorar en el reconocimiento de la lateralidad, la mayoría pierde la concentración con facilidad.
DECIMO	Los estudiantes del grado 10° presentan buen desarrollo motriz, son participativos y disfrutan de las actividades propuestas por el docente, son grupos muy unidos y se facilita el trabajo en equipo, les gusta los juegos que generan competitividad para demostrar sus diferentes habilidades. Son	Es un grupo que se le dificulta la clase teórica, presenta dificultad en el dominio básico de los conceptos que se trabajan en Ed física.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	respetuosos y colaboradores en la realización de actividades prácticas,	
UNDÉCIMO	Los estudiantes del grado 11° presentan buen desarrollo motriz, son participativos y disfrutan de las actividades propuestas por el docente, son grupos muy unidos y se facilita el trabajo en equipo, les gusta los juegos que generan competitividad para demostrar sus diferentes habilidades. Son respetuosos y colaboradores en la realización de actividades prácticas.	Es un grupo que se le dificulta la clase teórica, presenta dificultad en el dominio básico de los conceptos que se trabajan en Ed física.

5.1. Conclusiones generales

En el proceso de diagnóstico del área se puede observar que los estudiantes en cada uno de los niveles y ciclos de formación, valoran y disfrutan los espacios generados en las clases, sus sistemas de relación son adecuados, acogen e integran con facilidad a los compañeros nuevos, estos a su vez se adaptan con facilidad a la dinámica de trabajo institucional.

En el desarrollo de las competencias específicas del área, se encontró:

El desarrollo perceptivo motriz de los estudiantes en lo que respecta a la orientación espacial, el reconocimiento y dominio corporal, al igual que la coordinación y ritmo son adecuados.

El desarrollo físico motriz evidencio en la básica primaria buen desarrollo de las habilidades motrices básicas locomotrices y manipulativas, facilitando la interacción de los estudiantes en la ejecución de juegos y actividades pre deportivos. En el ciclo de la básica secundaria, se encuentra en el grado noveno disminución en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales, uno de los factores que inciden negativamente en ello es el estilo de vida sedentario y ausencia de hábitos de vida relacionados con la ejecución de actividad física. De igual forma, los estudiantes de la media presentan disminución en el desarrollo de las capacidades físicas condicionales y su ejecución técnica deportiva no es adecuada, la disminución del tiempo asignado al área en los grupos de la media técnica y el incremento en la exigencia frente a los resultados de pruebas externas llevan a los estudiantes de este ciclo a dedicar menos tiempo al trabajo físico.

En la competencia sociomotriz, se observa en la básica primaria dificultad de los estudiantes frente a la capacidad de seguir instrucciones y acatar las normas, especialmente en las actividades lúdicas. En los grupos de la básica secundaria se requiere fortalecer el trabajo de normas deportivas para dinamizar y facilitar las prácticas de equipo, previniendo enfrentamiento y accidentes. En los grupos de la media, se debe fortalecer el trabajo autónomo en la ejecución de Actividades extra clase y con el uso de las herramientas TIC para mejorar los procesos conceptuales y optimizar los tiempos de clase.

6. METODOLOGÍA GENERAL

Incentivar a los estudiantes para que descubran la coherencia en su forma de pensar, vivir, creer y



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

actuar mediante la construcción de su proyecto de vida. Dando sentido a nuestra misión "Formar ciudadanos dignos en el saber, el hacer y el ser".

El desarrollo de la metodología en la educación física 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 se deben tener en cuenta para la orientación de la enseñanza, es decir, se debe partir de las características, la experiencia y las motivaciones del estudiante.

En las sesiones de clase se emplean estrategias metodológicas como:

Diseño Universal de Aprendizaje (DUA)

GRADO	REPRESENTACION	EXPRESION	MOTIVACION
	Múltiples formas de presentar la información	Múltiples maneras de expresión y acción	Múltiples formas de motivación
1°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Claves visuales. ➤ Descripciones visuales. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Descripciones (texto o voz) para todas las imágenes, gráficos, videos o animaciones. ➤ Alternativas táctiles (gráficos táctiles u objetos de referencia) para los efectos visuales que representan conceptos. ➤ Objetos físicos y modelos espaciales. <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Indicaciones explícitas para proceso secuencial. ➤ Modelos interactivos. ➤ Apoyos graduales para procesamiento de la información. 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas. ➤ Interacciones físicas con los materiales a través de las manos, la voz, los conmutadores, joysticks, teclados o teclados adaptados. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Medios sociales y herramientas Web interactivas (por ejemplo, foros de discusión, chats, diseño Web, herramientas de anotación, guiones gráficos, viñetas de cómic, presentaciones con animaciones). ➤ Resolución de problemas. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Modelos de simulación (por ejemplo, modelos que demuestren los mismos resultados, 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Llamadas y apoyos para estimar el esfuerzo, los recursos y la dificultad. ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultado de la definición de metas. ➤ Pautas y listas de comprobación para ayudar en la definición de los objetivos o metas. ➤ Metas, objetivos y planes en algún lugar visible. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Avisos que lleven "parar y pensar" antes de actuar, así como espacios adecuados para ello. ➤ Demostrar y explicar su trabajo" (por ejemplo, revisión de portafolio, críticas de arte). ➤ Instructores o mentores que modelen el proceso "pensando en voz alta". ➤ Pautas para dividir las metas a largo plazo en objetivos a corto plazo alcanzables. <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Preguntas para guiar el auto-control y la reflexión. ➤ Representaciones de los



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		<p>pero utilizando diferentes enfoques, estrategias, habilidades, etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Apoyos graduales que aumenten la autonomía y las habilidades. 	<p>progresos (por ejemplo, del antes y después con fotos, gráficas y esquemas o tablas mostrando el progreso a lo largo del tiempo, portafolios del proceso).</p>
2°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Transcripciones escritas. ➤ Compañero tutor <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Claves auditivas para las ideas principales y las transiciones en la información visual. <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Modelos interactivos. ➤ Apoyos graduales para procesamiento de la información 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Material de manipulación. ➤ Resolución de problemas. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ejemplos de soluciones novedosas a problemas reales 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pautas y listas de comprobación para ayudar en la definición de los objetivos o metas ➤ Rutinas de clase. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Incorporar llamadas a "mostrar y explicar su trabajo" (por ejemplo, revisión de portafolio, críticas de arte <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Preguntas para guiar el auto-control y la reflexión.
3°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Variación de velocidad en la información sonora ➤ Transcripciones escritas ➤ Objetos físicos ➤ Compañero tutor <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mapas conceptuales ➤ Formas alternativas de texto <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Estrategias lectoras ➤ Saberes previos 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diferentes plazos de entrega ➤ Material didáctico <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Múltiples medios: texto, dibujo ➤ Material de manipulación <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Listas de comprobación ➤ Ejemplos de prácticas 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Actividades variadas ➤ Rutinas de clase <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos de diferentes maneras ➤ Diferentes grados de dificultad <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Rúbricas de evaluación ➤ Autorreflexión
4°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Variación de velocidad en la información sonora ➤ Transcripciones 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diferentes plazos de entrega ➤ Material didáctico 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Actividades variadas ➤ Rutinas de clase



	<p>escritas</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetos físicos ➤ Compañero tutor <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mapas conceptuales ➤ Formas alternativas de texto <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Estrategias lectoras ➤ Saberes previos 	<p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Múltiples medios: texto, dibujo ➤ Material de manipulación <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Listas de comprobación ➤ Ejemplos de prácticas 	<p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos de diferentes maneras ➤ Diferentes grados de dificultad <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Rúbricas de evaluación ➤ Autorreflexión
5°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Variación de velocidad en la información sonora ➤ Transcripciones escritas ➤ Objetos físicos ➤ Compañero tutor <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mapas conceptuales ➤ Formas alternativas de texto <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Estrategias lectoras ➤ Saberes previos 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diferentes plazos de entrega ➤ Material didáctico <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Múltiples medios: texto, dibujo ➤ Material de manipulación <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Listas de comprobación ➤ Ejemplos de prácticas 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Actividades variadas ➤ Rutinas de clase <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos de diferentes maneras ➤ Diferentes grados de dificultad <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Rúbricas de evaluación ➤ Autorreflexión
6°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Información sonora a diferente volumen. ➤ Diagramas, gráficos. ➤ Objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Programas informáticos para conversión de texto a voz. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Clarificar vocabulario y símbolos. ➤ Enlazar ideas. ➤ Mapas conceptuales. ➤ Listas de términos o palabras clave. 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas ➤ Opciones para la interacción con los materiales didácticos. ➤ Uso de <i>software</i> accesible. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Comunicación interactiva. ➤ Objetos físicos 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de actividades y tareas. ➤ Premios / recompensas. ➤ Secuencia y tiempos para completar tareas. ➤ Respuestas personales. ➤ Resolución de problemas y creatividad. ➤ Rutinas de clase. ➤ Calendarios y recordatorios. ➤ Avisos o alertas. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular o replantear objetivos



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía. <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Indicación de pasos para un proceso. ➤ Ejemplos y contraejemplos. ➤ Unidades de información pequeñas. ➤ Presentación progresiva de contenidos. ➤ Listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios. ➤ Plantillas y organizadores para tomar apuntes 	<ul style="list-style-type: none"> manipulables. ➤ Aplicaciones y herramientas web interactivas. ➤ Resolución de problemas. ➤ Material virtual. ➤ Retroalimentación formativa. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos visibles. ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultados. ➤ Pautas y listas de comprobación. ➤ Plantillas de planificación de proyectos ➤ Estrategias de autoevaluación. ➤ Ejemplos de prácticas. ➤ Preguntas de reflexión sobre el trabajo desarrollado. 	<ul style="list-style-type: none"> personalizándolos. ➤ Uso de herramientas de gestión del tiempo. ➤ Identificación de errores y respuestas incorrectas ➤ Debates de evaluación. ➤ Diferenciar grados de dificultad. ➤ Grupos de colaborativos. ➤ Interacción entre iguales. <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tiempos de concentración en la tarea. ➤ Autorreflexión e identificación de objetivos personales. ➤ Solución a situaciones conflictivas. ➤ Herramientas para recabar información sobre las propias conductas. ➤ Reconocimiento de los propios progresos.
7°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Información sonora a diferente volumen. ➤ Diagramas, gráficos. ➤ Objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Programas informáticos para conversión de texto a voz. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Clarificar vocabulario y símbolos. ➤ Enlazar ideas. ➤ Mapas conceptuales. ➤ Listas de términos o palabras clave. ➤ Imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía. 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas ➤ Opciones para la interacción con los materiales didácticos. ➤ Uso de <i>software</i> accesible. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Comunicación interactiva. ➤ Objetos físicos manipulables. ➤ Aplicaciones y herramientas web interactivas. ➤ Resolución de 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de actividades y tareas. ➤ Premios / recompensas. ➤ Secuencia y tiempos para completar tareas. ➤ Respuestas personales. ➤ Resolución de problemas y creatividad. ➤ Rutinas de clase. ➤ Calendarios y recordatorios. ➤ Avisos o alertas. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular o replantear objetivos personalizándolos. ➤ Uso de herramientas de gestión del tiempo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Indicación de pasos para un proceso. ➤ Ejemplos y contraejemplos. ➤ Unidades de información pequeñas. ➤ Presentación progresiva de contenidos. ➤ Listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios. ➤ Plantillas y organizadores para tomar apuntes 	<p>problemas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Material virtual. ➤ Retroalimentación formativa. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos visibles. ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultados. ➤ Pautas y listas de comprobación. ➤ Plantillas de planificación de proyectos ➤ Estrategias de autoevaluación. ➤ Ejemplos de prácticas. ➤ Preguntas de reflexión sobre el trabajo desarrollado. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identificación de errores y respuestas incorrectas ➤ Debates de evaluación. ➤ Diferenciar grados de dificultad. ➤ Grupos de colaborativos. ➤ Interacción entre iguales. <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tiempos de concentración en la tarea. ➤ Autorreflexión e identificación de objetivos personales. ➤ Solución a situaciones conflictivas. ➤ Herramientas para recabar información sobre las propias conductas. ➤ Reconocimiento de los propios progresos.
<p>8°</p>	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Información sonora a diferente volumen. ➤ Diagramas, gráficos. ➤ Objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Programas informáticos para conversión de texto a voz. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Clarificar vocabulario y símbolos. ➤ Enlazar ideas. ➤ Mapas conceptuales. ➤ Listas de términos o palabras clave. ➤ Imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía. 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas ➤ Opciones para la interacción con los materiales didácticos. ➤ Uso de <i>software</i> accesible. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Comunicación interactiva. ➤ Objetos físicos manipulables. ➤ Aplicaciones y herramientas web interactivas. ➤ Resolución de problemas. 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de actividades y tareas. ➤ Premios / recompensas. ➤ Secuencia y tiempos para completar tareas. ➤ Respuestas personales. ➤ Resolución de problemas y creatividad. ➤ Rutinas de clase. ➤ Calendarios y recordatorios. ➤ Avisos o alertas. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular o replantear objetivos personalizándolos. ➤ Uso de herramientas de gestión del tiempo. ➤ Identificación de errores y respuestas incorrectas ➤ Debates de evaluación.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Indicación de pasos para un proceso. ➤ Ejemplos y contraejemplos. ➤ Unidades de información pequeñas. ➤ Presentación progresiva de contenidos. ➤ Listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios. ➤ Plantillas y organizadores para tomar apuntes 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Material virtual. ➤ Retroalimentación formativa. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetivos visibles. ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultados. ➤ Pautas y listas de comprobación. ➤ Plantillas de planificación de proyectos ➤ Estrategias de autoevaluación. ➤ Ejemplos de prácticas. Preguntas de reflexión sobre el trabajo desarrollado. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Diferenciar grados de dificultad. ➤ Grupos de colaborativos. ➤ Interacción entre iguales. <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tiempos de concentración en la tarea. ➤ Autorreflexión e identificación de objetivos personales. ➤ Solución a situaciones conflictivas. ➤ Herramientas para recabar información sobre las propias conductas. ➤ Reconocimiento de los propios progresos.
9°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Texto en diferentes tamaños ➤ Información sonora a diferente volumen. ➤ Diagramas, gráficos... ➤ Descripciones texto-voz en imágenes, gráficos y videos. ➤ Ejercicios con objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Convertir el texto digital (PDF) en audio. ➤ Programas informáticos para conversión de texto a voz. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Clarificar vocabulario y símbolos. ➤ Enlazar ideas. ➤ Mapas conceptuales. ➤ Listas de términos o palabras clave. ➤ Formas alternativas al 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas. ➤ Elaboración de respuestas físicas o por selección. ➤ Interacción con los materiales didácticos ➤ Uso de <i>software</i> accesible. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetos físicos manipulables (bloques, modelos 3D, regletas, ábacos, etc.). ➤ Aplicaciones y herramientas web interactivas. ➤ Resolución de problemas. ➤ Material virtual. ➤ Material manipulable. 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de actividades y tareas. ➤ Premios / recompensas. ➤ Actividades viables, reales y comunicables. ➤ Respuestas personales. ➤ Auto evaluación y la autorreflexión de contenidos y actividades. ➤ Resolución de problemas. ➤ Rutinas de clase. ➤ Uso de calendarios y recordatorios. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular o replantear objetivos personalizándolos. ➤ Uso de herramientas de gestión del tiempo. ➤ Grupos de colaboración con responsabilidades, objetivos y roles claros. ➤ Espacios de asesoría de



	<p>texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).</p> <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fijación de conceptos previos. ➤ Ejemplos y contraejemplos. ➤ Indicación de pasos para un proceso. ➤ Unidades de información pequeñas. ➤ Presentación progresiva de contenidos. ➤ Listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios. ➤ Plantillas y organizadores para tomar apuntes. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mentores: tutor y compañeros de apoyo. ➤ <i>Feedback</i> o retroalimentación formativa. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultados. ➤ Pautas y listas de comprobación. ➤ Objetivos visibles. ➤ Plantillas de planificación de proyectos. ➤ Plantillas para recoger y organizar la información. ➤ Preguntas de flexión sobre el trabajo desarrollado. ➤ Listas o matrices de evaluación. 	<p>otros compañeros o profesores.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Interacción entre iguales (por ejemplo, mediante la autorización entre compañeros). ➤ Rúbricas y normas para el trabajo en grupo. ➤ Identificación de errores y respuestas incorrectas. <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pautas, listas y rúbricas de objetivos de autorregulación. ➤ Autorreflexión e identificación de objetivos personales. ➤ Solución a situaciones conflictivas. ➤ Estudios de casos
10°	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Texto en diferentes tamaños ➤ Información sonora a diferente volumen. ➤ Diagramas, gráficos... ➤ Descripciones texto-voz en imágenes, gráficos y videos. ➤ Ejercicios con objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Convertir el texto digital (PDF) en audio. ➤ Programas informáticos para conversión de texto a voz. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Clarificar vocabulario y símbolos. ➤ Enlazar ideas. ➤ Mapas conceptuales. ➤ Listas de términos o 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas. ➤ Elaboración de respuestas físicas o por selección. ➤ Interacción con los materiales didácticos ➤ Uso de <i>software</i> accesible. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetos físicos manipulables (bloques, modelos 3D, regletas, ábacos, etc.). ➤ Aplicaciones y herramientas web interactivas. ➤ Resolución de problemas. 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de actividades y tareas. ➤ Premios / recompensas. ➤ Actividades viables, reales y comunicables. ➤ Respuestas personales. ➤ Auto evaluación y la autorreflexión de contenidos y actividades. ➤ Resolución de problemas. ➤ Rutinas de clase. ➤ Uso de calendarios y recordatorios. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular o replantear objetivos personalizándolos. ➤ Uso de herramientas de gestión del tiempo. ➤ Grupos de colaboración con responsabilidades,



	<p>palabras clave.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.). <p>Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fijación de conceptos previos. ➤ Ejemplos y contraejemplos. ➤ Indicación de pasos para un proceso. ➤ Unidades de información pequeñas. ➤ Presentación progresiva de contenidos. ➤ Listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios. ➤ Plantillas y organizadores para tomar apuntes. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Material virtual. ➤ Material manipulable. ➤ Mentores: tutor y compañeros de apoyo. ➤ <i>Feedback</i> o retroalimentación formativa. <p>Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultados. ➤ Pautas y listas de comprobación. ➤ Objetivos visibles. ➤ Plantillas de planificación de proyectos. ➤ Plantillas para recoger y organizar la información. ➤ Preguntas de flexión sobre el trabajo desarrollado. ➤ Listas o matrices de evaluación. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ objetivos y roles claros. ➤ Espacios de asesoría de otros compañeros o profesores. ➤ Interacción entre iguales (por ejemplo, mediante la autorización entre compañeros). ➤ Rúbricas y normas para el trabajo en grupo. ➤ Identificación de errores y respuestas incorrectas. <p>Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pautas, listas y rúbricas de objetivos de autorregulación. ➤ Autorreflexión e identificación de objetivos personales. ➤ Solución a situaciones conflictivas. ➤ Estudios de casos
<p>11°</p>	<p>Opciones de percepción</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Texto en diferentes tamaños ➤ Información sonora a diferente volumen. ➤ Diagramas, gráficos... ➤ Descripciones texto-voz en imágenes, gráficos y videos. ➤ Ejercicios con objetos físicos y modelos espaciales. ➤ Convertir el texto digital (PDF) en audio. ➤ Programas informáticos para conversión de texto a voz. <p>Opciones de lenguaje y símbolos</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Clarificar vocabulario y símbolos. ➤ Enlazar ideas. 	<p>Opciones de adecuación física</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Alternativas en el ritmo, plazos y acción al realizar las tareas. ➤ Elaboración de respuestas físicas o por selección. ➤ Interacción con los materiales didácticos ➤ Uso de <i>software</i> accesible. <p>Opciones de comunicación y expresión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Objetos físicos manipulables (bloques, modelos 3D, regletas, ábacos, etc.). ➤ Aplicaciones y herramientas web interactivas. 	<p>Opciones de búsqueda de intereses</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de actividades y tareas. ➤ Premios / recompensas. ➤ Actividades viables, reales y comunicables. ➤ Respuestas personales. ➤ Auto evaluación y la autorreflexión de contenidos y actividades. ➤ Resolución de problemas. ➤ Rutinas de clase. ➤ Uso de calendarios y recordatorios. <p>Opciones de persistencia y esfuerzo</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formular o replantear objetivos personalizándolos. ➤ Uso de herramientas de gestión del tiempo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mapas conceptuales. ➤ Listas de términos o palabras clave. ➤ Formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.). <p style="text-align: center;">Opciones de comprensión</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fijación de conceptos previos. ➤ Ejemplos y contraejemplos. ➤ Indicación de pasos para un proceso. ➤ Unidades de información pequeñas. ➤ Presentación progresiva de contenidos. ➤ Listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios. ➤ Plantillas y organizadores para tomar apuntes. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Resolución de problemas. ➤ Material virtual. ➤ Material manipulable. ➤ Mentores: tutor y compañeros de apoyo. ➤ <i>Feedback</i> o retroalimentación formativa. <p style="text-align: center;">Opciones de funciones de la acción o ejecución</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Modelos o ejemplos del proceso y resultados. ➤ Pautas y listas de comprobación. ➤ Objetivos visibles. ➤ Plantillas de planificación de proyectos. ➤ Plantillas para recoger y organizar la información. ➤ Preguntas de flexión sobre el trabajo desarrollado. ➤ Listas o matrices de evaluación. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Grupos de colaboración con responsabilidades, objetivos y roles claros. ➤ Espacios de asesoría de otros compañeros o profesores. ➤ Interacción entre iguales (por ejemplo, mediante la tutorización entre compañeros). ➤ Rúbricas y normas para el trabajo en grupo. ➤ Identificación de errores y respuestas incorrectas. <p style="text-align: center;">Opciones de autorregulación</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pautas, listas y rúbricas de objetivos de autorregulación. ➤ Autorreflexión e identificación de objetivos personales. ➤ Solución a situaciones conflictivas. ➤ Estudios de casos
--	--	--

Mando directo


Es una de las estrategias más utilizada en Educación Física, cuyo objetivo es la repetición de los ejercicios físicos a realizar bajo la directriz del profesor en la enseñanza masiva. Se da explicación verbal y demostración visual por parte del profesor, ensayo ocasional, repetición siguiendo el ritmo indicado, empleando sistema de señales que regulan la acción (principio y fin) y correcciones.

Asignación de tareas

En esta estrategia el estudiante asume parte de las decisiones interactivas referentes a la posición y organización de los mismos y al ritmo de ejecución. Supone un paso más hacia la autonomía e individualización del alumno (Mosston, 1982).

Se parte de una información inicial general y clarificadora por parte del docente, durante la ejecución el profesor administra feedback, estimulando e interactuando con los alumnos.

Se emplea generalmente en la enseñanza de la técnica y táctica de los deportes y la preparación física a través de ejercicios físicos.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

Actividades de grupos

Los grupos están organizados por más de dos estudiantes, lo que supone una mayor participación de los mismos. El profesor se convierte en un tutor, asesor que acompaña el desarrollo de las actividades definidas por los estudiantes. Este estilo permite una mayor comunicación, autonomía y responsabilidad de los estudiantes, es aconsejable en clases donde el número de participantes es muy numeroso y el espacio reducido. Se emplea tanto en actividades lúdicas como deportivas.

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. Las tareas deben estar organizadas en secuencias lógicas y de forma muy progresiva, accesible para la mayor parte de los alumnos (Organización rigurosamente lógica y participación activa y regulación de la velocidad de asimilación propia), se utiliza continuamente el refuerzo positivo, como consecuencia del éxito de la consecución)


Resolución de problemas

Es el estilo más representativo de la técnica de Indagación o búsqueda. El estudiante es el verdadero protagonista del proceso de enseñanza – aprendizaje, es el nivel más avanzado dentro de los estilos cognoscitivos, el estudiante debe encontrar la respuesta por sí solo, a través de la búsqueda, en esta metodología el docente elabora y ofrece toda la información inicial del proceso al alumno, reforzando las respuestas de una forma no crítica negativa.

Trabajo en equipo

El trabajo en equipo o trabajo colaborativo promueve el proceso de aprendizaje y el logro de distintos objetivos pedagógicos, estimula la capacidad de análisis, el autoconocimiento, la reflexión conjunta y la expresividad. El equipo de aprendizaje no es otra cosa que una estructura de personas que interactúan en un aquí y ahora y que se proponen acceder a determinados conocimientos fijando acciones y objetivos claros. Objetivos que serán buscados en forma sistemática por todos los integrantes a través de sus interacciones.

El trabajo en equipo en los procesos áulicos y especialmente en los proyectos de aula es la columna vertebral para fomentar la participación de todos y cada uno de los integrantes de acuerdo con sus capacidades y posibilidades. El trabajo no es competitivo sino cooperativo y en función de un bien común, se parte de lo que cada uno concibe como realidad y de sus procesos internos, por lo tanto, los aspectos más importantes son, por un lado, las vivencias y los procesos de construcción de realidades nuevas de cada uno de los participantes, y por el otro, la posibilidad de construir en el espacio de convivencia nuevas categorías éticas más

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

acordes con lo colectivo, sin descuidar lo individual.

Mapas Conceptuales

Los mapas conceptuales colaborativos son también adecuados para alcanzar un aprendizaje comprensivo y cooperativo porque generan un producto intelectual resultado de los aportes de todos los integrantes del grupo, poniendo de manifiesto los efectos positivos inherentes al aprendizaje social. Obviamente, todos los integrantes deberán tener un mismo nivel de desarrollo cognitivo o, en términos de Vygotsky, estar en la misma ZDP (Zona de Desarrollo Próximo). Es una manera de combatir el aprendizaje memorístico para propender por un aprendizaje creativo, imprescindible para transitar este mundo global.

Vinculación de las TIC

Permite que el Estudiante adquiera una práctica reflexiva y enriquecedora. Desde los diferentes niveles educativos, la inserción de las TIC en la educación es clave para alcanzar aprendizajes significativos, fomentando la necesidad de un cambio en las metodologías tradicionales, el Estudiante puede aprender por diferentes vías, las cuales le faciliten la presentación de contenidos.

La implementación de las TIC favorece el aprendizaje significativo puesto que el uso de la tecnología actúa como elemento motivador, hace que lo arduo se convierta en ameno; los Estudiantes pueden avanzar a su propio ritmo y se fomenta el trabajo en equipo.

Su uso constante permite desarrollar la autonomía, el pensamiento crítico, la creatividad, la comunicación y la colaboración para el aprendizaje en cualquier momento y lugar, de cara al ejercicio responsable de una ciudadanía coherente con los retos del siglo XXI. Proporciona escenarios para la investigación y la innovación, fundamentados en procesos de aprendizaje mediados por tecnologías de la información y la comunicación.


Mora Franco, 2020)

Aprendizaje en línea:

El aprendizaje en línea se divide en dos categorías: aprendizaje sincrónico y asincrónico. El primero se refiere a aquella educación donde los alumnos tienen la oportunidad de aprender e interactuar en el momento (o "en vivo") con su profesor y sus compañeros. Más a detalle, el sincrónico es un tipo de aprendizaje grupal ya que todos están aprendiendo al mismo tiempo. El aprendizaje asincrónico es aquél que puede suceder en vivo o estando desconectados a través de videos, material o recursos educativos previamente proporcionados por la profesora o profesor, es decir, la clase aprende lo mismo pero cada alumno a su ritmo.

Técnicamente, el aprendizaje sincrónico también incluye conferencias, debates, clases en aulas físicas o actividades grupales. A diferencia del asincrónico, que es más auto dirigido ya que el alumno decide a qué hora aprender.

7. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL ÁREA

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

La evaluación de competencias en el área de Educación Física, está orientada a fortalecer todas las dimensiones del ser, a través de la implementación de múltiples estrategias que se adecuan a las características, necesidades, ritmos del estudiante, su contexto familiar y social. Los procesos de evaluación se desarrollarán teniendo en cuenta los criterios, procedimientos y frecuencia descritos en el siguiente cuadro y que hacen parte del S.I.E.

CRITERIO	PROCEDIMIENTOS	FRECUENCIA
Teleológica	Observación directa de las actitudes del estudiante frente a las normas y el fortalecimiento de los valores institucionales.	Continua
	Seguimiento individual al desarrollo de competencias ciudadanas y laborales.	Continua
	Participación en las actividades de los proyectos institucionales.	Continua
Integral	Valoración de desempeños desde lo: <ul style="list-style-type: none"> – Actitudinal – ser – (competencias ciudadanas) – Conceptual – saber – (seguimiento, pruebas de período y pruebas externas) – Procedimental – hacer – (proyectos de aula acorde con los intereses de los estudiantes y las necesidades del entorno). 	Continua
Multiestratégica	Valoración, seguimiento y análisis académico desde de la autoevaluación, co-evaluación, heteroevaluación, macro evaluación y micro evaluación. Observación directa del desempeño del estudiante en las aplicaciones de los componentes: perceptivo motriz, físico motriz y socio motriz durante las prácticas de clase. Asignación de talleres enfocados a la aplicación de conceptos. Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.	Continua


8. RECURSOS GENERALES:

8.1. Físicos:

- ✓ Aulas de clase
- ✓ Placa polideportiva
- ✓ Implementación deportiva
- ✓ **Espacios en el hogar**

8.2. Tecnológicos

En el campo del conocimiento de la Educación Física las experiencias con las TIC van dirigidas a facilitar las posibilidades del maestro para comunicarse, interactuar, construir colectivamente, conseguir información, y como se ha manifestado, ahora hay una fuerte tendencia a la conformación de comunidades académicas en Educación Física haciendo uso de los medios virtuales.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

Algunos de los recursos empleados son:

- ✓ Computadora
- ✓ Smartphone
- ✓ Video Beam
- ✓ Reproductores de audio
- ✓ Generadores de cuadernos, libros y publicaciones digitales (Generadores de cuestionarios, Google, MASTER 2000).
- ✓ Generadores de mapas conceptuales (Bubbl.us, CmapTools)
- ✓ Generadores de videos y animaciones (movie maker, Dvolver, TikTok, inshot)
- ✓ Plataformas: Classroom, G-Suite, MASTER 2000, Aprender digital.
- ✓ Portal Educativo Colombia Aprende: Colección de objetos virtuales de aprendizaje
- ✓ Aplicación de Blogs y páginas web (blogger.com, wordpress.com, Wix.com, webnode.com).
- ✓ Foros de opinión y debate.
- ✓ Herramientas para el trabajo colaborativo
- ✓ Colección de videos (You Tube. Edu).
- ✓ Correo electrónico
- ✓ Aplicaciones de video llamadas: meet, Zoom, Teams, Google Duo
- ✓ Medios de comunicación masiva: Radio y Televisión, Señal Colombia.

8.3. Humanos:

- ✓ Docentes asignados al área
- ✓ Estudiantes
- ✓ Padres de familia
- ✓ Personal Administrativo



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

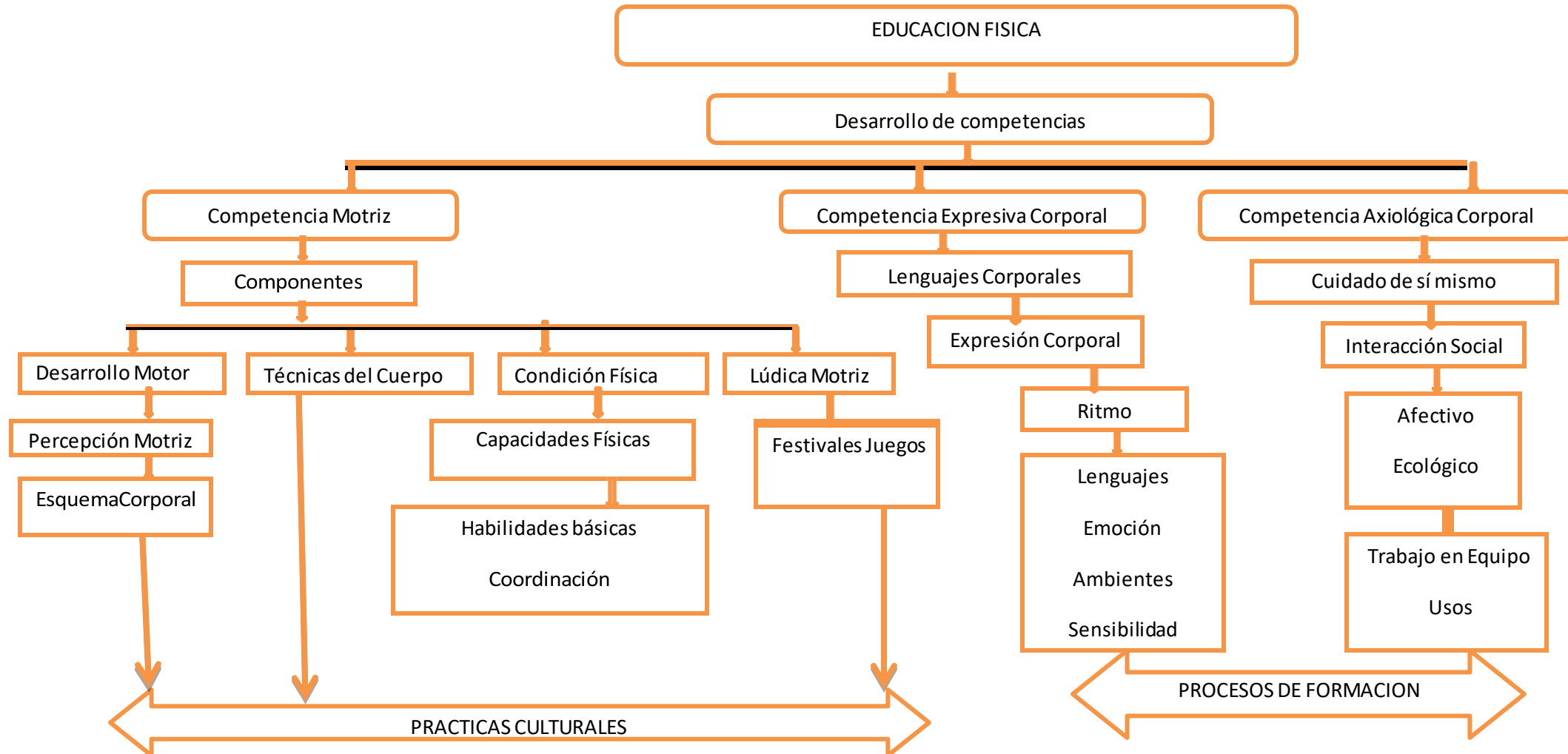
"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

9. ESTRUCTURA DEL AREA:





INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

10. ALINEACION CURRICULAR

10.1. GRADO: PRIMERO

PERIODO UNO

GRADO: PRIMERO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. • Explora y manifiesta emociones a través del movimiento corporal. • Vivencia las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos relacionados con y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices gimnásticas y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad.	<p>Kinestésico y de movimiento: Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos . Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades lúdicas y físicas.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Atiendo indicaciones para iniciar el calentamiento al</p>	<p>Competencia motriz. Explora las formas básicas del movimiento y sus combinaciones y contextos</p>	<p>SABER: Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.</p> <p>HACER: Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<p>iniciar, y recuperación, al finalizar la actividad física.</p> <p>Internalizado y Biopsicosocial: Sigo las indicaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p>		<p>actividad física.</p> <p>SER:</p> <p>Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explora posibilidades de movimiento físicos en mi cuerpo. • Identifica variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

GRADO PRIMERO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO DOS

GRADO: PRIMERO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Reconoce los conceptos relacionados con las habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones socio-motrices.</p>	<p>Kinestésico y de movimiento: Ubica mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos . Identifica variaciones en mi respiración en diferentes actividades lúdicas. Comunicativo y lúdico: Atienda las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación, al finalizar la actividad física. Internalizado y Biopsicosocial: Sigo las indicaciones sobre</p>	<p>Kinestésico y de movimiento: Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo y a nivel global y segmentario. Comunicativo y lúdico: Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento. Internalizado y Biopsicosocial: Explora técnicas corporales de tensión, relajación y control</p>	<p>SABER: Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase. HACER: Ejecuto las actividades propuestas de pre-gimnasia a partir de rondas y canciones. SER: Coopero y disfruto con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.	corporal.	
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none">• Juega siguiendo las orientaciones que se me dan.• Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase• Juega de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar		

PERIODO TRES

GRADO:PRIMERO

• OBJETIVO DEL PERIODO:

- Explora formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<ul style="list-style-type: none"> • Explora y manifiesta emociones a través del movimiento corporal. • Vivencia las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física. • Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal. • Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física. 			
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Reconoce los conceptos relacionados con las habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices rítmico-dancísticas y gestuales y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>Kinestésico y de movimiento: Explora cambios fisiológicos entre la capacidad física-pausa-actividad física.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Resuelve las diversas situaciones que el juego me presenta.</p> <p>Internalizado y Biopsicosocial: Juego siguiendo las orientaciones que me dan.</p>	<p>Kinestésico y de movimiento: Explora posibilidades de movimiento en mi cuerpo y a nivel global y segmentario.</p> <p>Comunicativo y lúdico Realiza distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.</p>	<p>SABER: Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase.</p> <p>HACER: Ejecuta las actividades propuestas de pre-gimnasia a partir de rondas y canciones.</p> <p>SER: Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		Internalizado y Biopsicosocial: explora técnicas corporales de tensión, relajación y control corporal.	propuestas en clase.
--	--	--	----------------------



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

**EVIDENCIAS
MÍNIMAS DE
DESEMPEÑO**

- Atiende las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física
- Explora diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con sus posibilidades.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

10.2 GRADO SEGUNDO

PERIODO UNO

GRADO:SEGUNDO			
OBJETIVO DEL PERIODO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos. • Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal. • Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física. 			
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos relacionados con las habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices gimnásticas y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los	<p>Kinestésico y de movimiento:</p> <p>Atiende las indicaciones para el calentamiento al iniciar, y al finalizar la actividad física.</p> <p>Comunicativo y lúdico:</p> <p>Sigue las indicaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Internalizado y</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva corporal • Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.</p> <p>HACER:</p> <p>Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos.</p> <p>SER:</p> <p>Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

objetos	Biopsicosocial: Atiende las orientaciones sobre mi cuerpo para realizar actividad física.		
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> Realiza rondas que involucren el manejo de direcciones durante la ejecución de calentamiento. Experimenta giros sobre diferentes ejes corporales 		

PERIODO DOS

GRADO. SEGUNDO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> Explora formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos. Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal. Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos relacionados con las habilidades motrices	Kinestésico y de movimiento: Explora formas básicas de movimiento y con combinaciones elementos	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica	SABER: Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>básicas y específicas relacionadas con las expresiones socio-motrices deportivas y relacionarlas con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>y sin ellos. Comunicativo y lúdico: Explora formas básicas de movimiento aplicadas a formas y modalidades gimnásticas. Integralizador y Biopsicosocial: Explora técnicas corporales de tensión, relajación y control corporal.</p>	<p>corporal</p>	<p>actividad física. HACER Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo. SER: Respeta el desempeño en los juegos de sus compañeros.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza los recursos educativos para complementar los conocimientos propios del área. • Realiza actividades en el espacio y en tiempo determinados de acuerdo a sus capacidades. 		

PERIODO TRES

<p>GRADO: SEGUNDO</p>	<p>OBJETIVO DEL PERIODO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descubre las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal. • Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física
------------------------------	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. • Explora e identifica emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. • Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Reconoce los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices rítmico-dancísticas y gestuales y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>Kinestésico y de movimiento: Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Explora mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Explora cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva • corporal • Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de los compañeros a través del juego individual y grupal.</p> <p>HACER:</p> <p>Explora la práctica de diferentes juegos individuales y grupales.</p> <p>Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.</p> <p>SER:</p> <p>Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros.</p> <p>Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

EVIDENCIAS MÍNIMAS DE	<ul style="list-style-type: none">• Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase• Juega de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

DESEMPEÑO

- Atiende las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física

10,3 GRADO TERCERO

PERIODO UNO

GRADO:TERCERO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. • Explora e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. • Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos relacionados con las habilidades motrices básicas y específicas	Kinestésico y de movimiento: Atiendo indicaciones para iniciar el calentamiento aliniciar, y recuperación, al finalizar la actividad	Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal.	SABER: Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego. HACER: Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciones con los segmentos corporales.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>relacionadas con las expresiones motrices gimnásticas y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>física. Comunicativo y lúdico: Sigo las indicaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física Integralizador y Biopsicosocial: Atiendo indicaciones para iniciar el calentamiento al iniciar, y recuperación, al finalizar la actividad física.</p>		<p>SER: Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juega siguiendo las orientaciones que se me dan. • Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase • Atiende las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO DOS

GRADO: TERCERO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explorara formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. • Explorara e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. • Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones socio-motrices deportivas y relacionarlas con el	Kinestésico y de movimiento: Explora posibilidades de movimiento en mi cuerpo siguiendo los ritmos de percusión y musicales diversos.	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	<p>SABER:</p> <p>Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.</p> <p>HACER:</p> <p>Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>Explora formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control corporal.</p> <p>Realiza movimientos adecuados utilizando mi tren inferior y superior.</p>		<p>Que favorecen su bienestar.</p> <p>SER:</p> <p>Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explora técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo • Explora diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades • Juega siguiendo las orientaciones que se me dan 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO TRES

GRADO:TERCERO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. • Explora e identifica emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. • Identifica las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física. • Reconoce los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identifica diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexiona acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices rítmico-dancísticas y gestuales y	<p>Kinestésico y de movimiento: Exploro cambios fisiológicos entre la capacidad física-pausa-actividad física.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Explora manifestaciones explosivas para comunicar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva corporal • Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.</p> <p>Conoce los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos y actividad física y en las partes del cuerpo que los identifican</p> <p>HACER:</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<p>mis emociones tristeza, alegría, ira entre otras, en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Expresa entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p> <p>Realiza de forma adecuada los diferentes gestos técnicos de los mini deportes.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Participo activamente en los juegos pre-deportivos y ejecuto diferentes actividades físico-motrices.</p>		<p>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.</p> <p>Realiza formas básicas de movimiento y sus combinaciones en Situaciones de juego.</p> <p>SER:</p> <p>Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las desus compañeros.</p> <p>Respeto las normas establecidas en la realización de juegos.</p>
--	---	--	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

demás y de los objetos.			
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase • Juega de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar. • Atiende las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciary recuperación al finalizar la actividad física 		

10. ALINEACION CURRICULAR

10.4 GRADO CUARTO

PERIODO UNO

GRADO:CUARTO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversassituaciones y contextos. • Identifica diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexiona acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconoce los conceptos	Kinestésico y de movimiento: Relaciona	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz 	SABER:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>relacionados con las habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices gimnásticas y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>variaciones en mi respiración, en la actividad Física y relajación.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Internalizado y Biopsicosocial: Identifica hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia expresiva corporal Competencia axiológica corporal 	<p>Reconoce movimientos técnicos de diferentes juegos predeportivos.</p> <p>HACER:</p> <p>Ejecuta movimientos técnicos diferentes prácticas deportivas que ayuden a la regulación emocional en las situaciones de juego.</p> <p>SER:</p> <p>Reflexiona sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p>
--	---	---	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

física.

EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO

- Analiza diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas
- Acepta y pongo en práctica las reglas de juego
- Identifica cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

- Identifica movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física

PERIODO DOS

GRADO: CUARTO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identifica diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones socio-	<p>Kinestésico y de movimiento: Control de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Ajusto los</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva • corporal Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos y actividades lúdico deportivas</p> <p>HACER:</p> <p>Práctica juegos, ejercicios gimnásticos con sus compañeros.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>motrices deportivas y relacionarlas con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.</p>		<p>SER:</p> <p>Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos gimnásticos.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo • Propone la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad • Identifica mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos 		

PERIODO TRES

<p>GRADO: CUARTO</p>	<p>OBJETIVO DEL PERIODO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.
-----------------------------	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad rítmica para la formación personal. 			
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones físico-motrices y relacionarlas con el conocimiento de su corporeidad,</p>	<p>Capacidades físicas y registro los resultados. Comunicativo y lúdico: Identifico mis capacidades en la realización de ejercicios físicos y juegos.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial:</p> <p>Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas. Kinestésico y de movimiento: Cuido de mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva corporal • Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales, rítmicas y expresivas. Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices individuales y de grupo.</p> <p>HACER:</p> <p>Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo Propone momentos de juego en espacio escolar.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>de los demás y de los objetos. Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices rítmico-dancísticas y gestuales y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>Comunicativo y lúdico: Reconozco a mis compañeros como constructores del juego. Propongo momentos de juego en el espacio escolar. Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Participo en juegos tradicionales.</p>		
---	--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

**EVIDENCIAS
MÍNIMAS DE
DESEMPEÑO**

- Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.
- Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado
- Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
- Decide mí tiempo de juego y actividad física.

10. ALINEACION CURRICULAR

10.5 GRADO QUINTO

PERIODO UNO

GRADO:QUINTO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversassituaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices deportivas y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>Kinestésico y de movimiento: Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre la actividad física-pausa-actividad física.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Identifico el valor de la condición física y su importancia para la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva • corporal Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Identifica posibilidades motrices adecuadas para tener un acercamiento deportes de conjunto como Baloncesto.</p> <p>HACER:</p> <p>Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.</p> <p>SER:</p> <p>Demuestra interés por hacer uso adecuado y creativo del tiempo libre.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física • Valora mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales • Realiza actividad física actuando con respeto a mi cuerpo 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO DOS

GRADO: QUINTO		OBJETIVO DEL PERIODO:	
		<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal. 	
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones socio-motrices deportivas y relacionarlas con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los	<p>Kinestésico y de movimiento: Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Aplico normas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Aplico normas sencillas en</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva corporal • Competencia axiológica corporal 	<p>SABER:</p> <p>Identifica posibilidades motrices adecuadas para tener un acercamiento de deportes de conjunto como Voleibol.</p> <p>HACER</p> <p>Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.</p> <p>SER:</p> <p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>objetos.</p>	<p>diferentes prácticas deportivas individuales y en grupo. Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.</p>		
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza posturas corporales propias de las técnicas de movimiento • Aplica técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo • Aplica reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo • Propone la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad 		

PERIODO TRES

<p>GRADO: QUINTO</p>	<p>OBJETIVO DEL PERIODO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversassituaciones y contextos. • Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. • Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.
-----------------------------	---



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos. • Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresarlas emociones. • Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones físico-motrices y relacionarlas con el conocimiento de su	<p>Kinestésico y de movimiento: Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividades físicas.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Identifico como las</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz • Competencia expresiva corporal • Competencia axiológica corporal 	<p>SABER: Identifica posibilidades motrices adecuadas para tener un acercamiento deportes de conjunto como Futsal.</p> <p>HACER. Participa de forma activa en Las diferentes expresiones motrices mejorando la interacción con los demás.</p> <p>SER: Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>corporeidad, de los demás y de los objetos.</p> <p>Reconocer los conceptos relacionados con las capacidades y habilidades motrices básicas y específicas relacionadas con las expresiones motrices rítmico-dancísticas y gestuales y relacionarlos con el conocimiento de su corporeidad, de los demás y de los objetos.</p>	<p>emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.</p> <p>Kinestésico y de movimiento: Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal. Reconozco movimientos que se ajustan a mi ritmo musical.</p> <p>Comunicativo y lúdico: Realizo secuencias de movimiento con música aplicando los tres ejes del cuerpo adelante-atrás, arriba-abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal.</p> <p>Integralizador y Biopsicosocial: Decido mi tiempo de juego y actividad física.</p>		
---	--	--	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

	<p>Valoro mi capacidad de realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</p> <p>Realizo actividad física actuando con respeto al cuerpo.</p>		
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none">• Ajusta los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.• Relaciona variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación• Realiza posturas corporales propias de las técnicas de movimiento• Aplica técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo		

ALINEACION CURRICULAR BACHILLERATO



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

10.6 SEXTO

PERIODO UNO

GRADO:SEXTO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> concienciar al estudiante de la importancia de conocer los cambios corporales que le ocurren y sus posibilidades de movimiento. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo 	<p>Competencia motriz</p> <p>Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p>Dominio de su cuerpo en la realización de actividades físicas, mostrando una adecuada, postura corporal y coordinación.</p> <p>Combina habilidades y destrezas complejas, respetando normas y asumiendo</p>	<p>SABER: Identifica conceptos básicos del sistema óseo.</p> <p>Identifica las clases de calentamiento, su estructura y actividades a realizar.</p> <p>HACER: Comprende diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Realiza el calentamiento general y específico en las clases prácticas programadas.</p> <p>SER: Demuestra como las situaciones de juego me ayudan a respetar las condiciones y mejoro las relaciones con mis</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		tareas responsablemente.	compañeros. Presenta el uniforme ajustado a las normas institucionales.
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none">• Identifica conceptos mínimos del sistema óseo.• Realiza el calentamiento general y específico adaptado a su capacidad y comprensión en las clases prácticas programadas.• Presenta el uniforme ajustado a las normas institucionales.		

PERIODO DOS

GRADO:SEXTO	OBJETIVO DEL PERIODO: <ul style="list-style-type: none">• Conocer y aplicar los patrones caminar, correr saltar, pasar, recibir, driblar, conducir, golpear, lanzar, en la ejecución correcta de los fundamentos• Técnicos básicos de las disciplinas deportivas elegidas.
--------------------	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo condición Física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p>Amplía y combina habilidades físico-motrices con alto grado de complejidad, en situaciones de juego.</p> <p>Identifica y aplica elementos relacionados con la coordinación dinámica general, que contribuyen a mejorar el dominio del cuerpo y la salud.</p>	<p>SABER: Aplica los conceptos básicos del sistema óseo en la actividad física.</p> <p>Identifica las capacidades físicas para desempeñarme en una actividad deportiva.</p> <p>HACER: Aplica las capacidades físicas coordinativas en la realización de diferentes actividades.</p> <ul style="list-style-type: none"> Ejecuta rutinas de ejercicios, para el mantenimiento de la condición física. <p>SER: Comparte el disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales. (social – humanista)</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> Aplica los conceptos mínimos del sistema óseo en la actividad física. Ejecuta rutinas de ejercicios, para el mantenimiento de la condición física, según su capacidad. Comparte el disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO TRES

<p>GRADO:SEXTO</p>	<p>OBJETIVO DEL PERIODO:</p> <ul style="list-style-type: none"> Comprende los conceptos de las capacidades físicas, pruebas físicas, importancia del cumplimiento a las reglas de juego, para ponerlos en práctica en su vida diaria y en actividades recreativas y deportivas. 		
<p>ESTANDARES</p>	<p>COMPONENTES</p>	<p>COMPETENCIAS</p>	<p>EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO</p>
<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos</p>	<p>SABER: Trabaja actividades lúdico-deportivas que mejoran la técnica y táctica específica de alguna disciplina deportiva</p> <p>HACER: Realiza actividades físicas, lúdicas y deportivas para mejorar las capacidades físicas.</p> <p>SER: Comparte adecuadamente el espacio de trabajo. (Social – humanista). Asume una postura crítica, creativa y reflexiva en las diferentes actividades asignadas. (social – humanista)</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> Identifica conceptos mínimos del ajedrez. Realiza actividades físicas, lúdicas y deportivas para mejorar las capacidades físicas, según su capacidad. Comparte adecuadamente el espacio de trabajo. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

10.7 GRADO SEPTIMO

PERIODO UNO

GRADO:SEPTIMO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p>Domina y conoce su cuerpo mostrando coordinación gruesa determinada en las actividades físicas planteadas.</p> <p>Comprende la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego, demostrando responsabilidad</p>	<p>SABER: Identifica los conceptos básicos del sistema respiratorio. HACER: Participa en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices. Aplica el calentamiento general y específico en las clases prácticas programadas. SER: Coopera y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabajo en equipo de manera constructiva. (Social – humanista).</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		en el desarrollo de cada una de las prácticas	
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos del sistema respiratorio. • Participa en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis mínimas posibilidades corporales y motrices. • Cooperar y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabajo en equipo de manera constructiva 		

PERIODO DOS

GRADO:SEPTIMO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer su estado físico, mediante la realización de pruebas físicas, que valoren las capacidades físicas, conocerlas y diferenciarlas, como desarrollarlas y mantenerlas para una mejor calidad de vida, mediante la práctica de actividades físicas, deportivas lúdicas 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	Competencia motriz Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos. Amplía y combina habilidades y destrezas con alto grado de complejidad en actividades	SABER: Identifica la aplicabilidad de la valoración física y las infidencias del sistema respiratorio HACER: Participa en la Aplicación del calentamiento general y específico en las clases prácticas programadas SER: Disfruta de las actividades propuestas en clase Acata las normas de convivencia.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		físicas, lúdicas y deportivas. Interpreta y aplica el principio de salud en las interacciones con la educación física, la recreación y el deporte.	
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica conceptos mínimos del sistema respiratorio en el ejercicio físico. • Relaciona la práctica de la actividad física y los hábitos saludables, desde sus capacidades. • Comprende la importancia de las reglas para el desarrollo del juego, desde sus capacidades 		

PERIODO TRES

GRADO:SEPTIMO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos básicos del atletismo y comprende los conceptos de las capacidades físicas, pruebas físicas, importancia del cumplimiento a las reglas de juego, para ponerlos en práctica en su vida diaria y en actividades recreativas y deportivas. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física	Competencia motriz Combino las técnicas y tácticas	SABER: Identifica conceptos básicos del atletismo. Identifique técnicas para mejorar capacidades físicas}



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<p>Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p>Ejecuta actividades donde demuestra variadas habilidades motrices, que le permitan mejorar su rendimiento deportivo en las clases y en competencias.</p> <p>Practica actividades lúdicas, recreativas y deportivas y través de ellas cuida y respeta el medio ambiente.</p>	<p>HACER: Realiza actividades físicas, lúdicas y deportivas para mejorar las capacidades físicas.</p> <p>SER: Respeta las capacidades individuales y colectivas de sus compañeros. Asume una postura crítica, creativa y reflexiva en las diferentes actividades asignadas.</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos del atletismo. • Realización de actividades mínimas físicas, lúdicas y deportivas para mejorar las capacidades físicas. • Respeta las capacidades individuales y colectivas de sus compañeros. 		

10.8 GRADO OCTAVO

PERIODO UNO

<p>GRADO:OCTAVO</p>	<p>OBJETIVO DEL PERIODO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar las capacidades físico motriz a través del juego.
----------------------------	--



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Afianzo y fortalezco las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean.	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	<p>Competencia motriz</p> <p>Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.</p> <p>Aplica la coordinación y el equilibrio en la ejecución de juegos y ejercicios físico motrices que contribuyen al mejoramiento de la salud, la comunicación y la interacción con el otro.</p> <p>Identifica los cambios que produce la actividad física en el organismo, permitiendo la regulación de la práctica y el mejoramiento de la salud.</p>	<p>SABER: Identifica conceptos básicos del sistema circulatorio. Identificación de los conceptos relacionados con las capacidades coordinativas básicas. HACER: Aplicación de las Capacidades físicas coordinativas en situaciones de juego y en ejercicios dirigidos. Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego. (Social – humanista). SER: Respeta las reglas propuestas por el grupo. (Social – humanista). Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social. (social – humanista).</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos del sistema circulatorio. • Ejecuta actividades lúdico-deportivas y de actividad física, según sus capacidades. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO DOS

GRADO: OCTAVO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.</p> <p>Afianza las habilidades motrices específicas en las expresiones lúdicas deportivas y recreativas, cuidando los implementos, el medio ambiente, las normas de juego y a los demás.</p> <p>Utiliza las capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo, reconociendo y respetando las fortalezas y las debilidades de</p>	<p>SABER: Aplica conceptos básicos del sistema circulatorio, en el ejercicio físico. HACER: Participa en actividades de equipo, respetando los implementos, el medio ambiente y a los demás. (Social– humanista). SER: Cumple con las Normas establecidas y valora las diferencias individuales. Respeta las reglas y los momentos de los juegos y actividades. (Social – humanista).</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

		sus compañeros durante las prácticas motrices	
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica de conceptos mínimos del sistema circulatorio, en el ejercicio físico. • Ejecuta expresiones deportivas y recreativas, desde sus capacidades. • Cumple con las Normas establecidas y valora las diferencias individuales. 		

PERIODO TRES

GRADO:OCTAVO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar las expresiones motrices a través de actividades rítmicas e identifica los conceptos básicos de la gimnasia y sus disciplinas. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	Competencia motriz Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución. Maneja las habilidades específicas de las expresiones motrices en actividades recreativas y deportivas	SABER: Identifica conceptos básicos de la gimnasia. Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable. (Social– humanista). HACER: Participa en las actividades deportivas y recreativas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute. (Social– humanista). SER: Coopera y hace parte de equipos de juego con



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>en que habito</p>		<p>asumiendo que le permitan convivir sanamente.</p> <p>Vivencia y propone esquemas motrices a partir de diferentes ritmos y acompañamientos musicales, mejorando su autoestima, autoimagen y autoconocimiento.</p>	<p>sus compañeros para realizar actividades en clase.(Social – humanista).</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos de la gimnasia. • Realiza tareas motrices vivenciando la cooperación, solidaridad, tolerancia y respeto. • Participa activamente en las clases. 		

10.9 GRADO NOVENO

PERIODO UNO

<p>GRADO: NOVENO</p>	<p>OBJETIVO DEL PERIODO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar las capacidades físicas en diferentes actividades propias del área. 		
<p>ESTANDARES</p>	<p>COMPONENTES</p>	<p>COMPETENCIAS</p>	<p>EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO</p>
<p>Afianzo y fortalezo las</p>	<p>Desarrollo motor</p>	<p>Competencia motriz</p>	<p>SABER: Identifica conceptos básicos del sistema muscular</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito</p>	<p>Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.</p> <p>Demuestra habilidades motrices y normas deportivas en la realización de juegos recreativos y competitivos, mejorando la interacción con las personas que le rodean.</p> <p>Presenta desarrollo adecuado de las capacidades físicas y las aplica en cada una de las actividades valorando su progreso y el de sus compañeros.</p>	<p>HACER: Vivencia diferentes manifestaciones y sensaciones motrices, en diversas actividades y condiciones de juego. (Social – humanista). SER: Respeta a sus compañeros con la convicción de que todos somos diferentes. (Social– humanista).</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos del sistema muscular. • Aplica las normas deportivas a nivel recreativo según sus capacidades. • Respeta a sus compañeros con la convicción de que todos somos diferentes. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO DOS

GRADO: NOVENO		OBJETIVO DEL PERIODO:	
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	<p>Competencia motriz Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.</p> <p>Afianza las capacidades motrices específicas, mediante la práctica del deporte, mejorando la interacción con las personas que lo rodean y los espacios en que habita.</p> <p>Presenta domino corporal mediante la ejecución de actividades de coordinación combinando movimientos complejos.</p>	<p>SABER: Aplica conceptos básicos del sistema muscular en el ejercicio físico. Comprensión de las reglas de juego en el deporte recreativo y competitivo.</p> <p>HACER: Aplica las normas deportivas en el juego colectivo recreativo y competitivo. Elaboración de rutinas básicas y complejas para el desarrollo de las capacidades físicas.</p> <p>SER: Reconoce mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida. (Social– humanista).</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE			



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

DESEMPEÑO

- Aplica conceptos básicos del sistema muscular en el ejercicio físico.
- Ejecuta técnicas de movimiento en prácticas motrices y deportivas, desde sus capacidades.
- Participa en las clases reflejando interés en el proceso de aprendizaje significativo.

PERIODO TRES

GRADO:NOVENO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	Competencia motriz Seleccióno técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución. Crea nuevos esquemas motrices por medio de formas jugadas para el mejoramiento de las habilidades y destrezas que conlleven a una óptima convivencia.	SABER: Identifica conceptos básicos del balonmano HACER: Ejecuta de rutinas motrices que permitan el desarrollo de habilidades y destrezas SER: Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas. (Social– humanista).



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO

- Identifica conceptos mínimos del balonmano.
- Ejecuta rutinas motrices que permitan el desarrollo de habilidades y destrezas, según sus capacidades.
- Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices mínimas.

10.10 GRADO DECIMO

PERIODO UNO

GRADO: DECIMO		OBJETIVO DEL PERIODO:	
		<ul style="list-style-type: none"> • Plantear esquemas de movimientos enfocados a las actividades fisico-motrices. 	
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	<p>Competencia motriz</p> <p>Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Aplica y proyecta las capacidades coordinativas en la organización de actividades lúdicas, deportivas y culturales adecuadas a su entorno.</p>	<p>SABER: Identifica los conceptos básicos del reglamento de baloncesto.</p> <p>HACER: Realiza de diferentes sistemas de organización deportiva y actividades lúdicas dentro de la clase, aplicando conocimientos reglamentarios.</p> <p>SER: Valora y participa en prácticas deportivas y culturales dentro y fuera del colegio como beneficio para su calidad de vida.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

corporales		Participa en la construcción, organización y ejecución de actividades físicas, deportivas y culturales que fortalezcan un óptimo desarrollo físico- motriz y psicosexual	
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica los conceptos mínimos del reglamento de baloncesto. • Realiza diferentes sistemas de organización deportiva y actividades lúdicas dentro de la clase, aplicando conocimientos reglamentarios, según sus capacidades. • Valora y participa en prácticas deportivas y culturales dentro y fuera del colegio como beneficio para su calidad de vida. 		

PERIODO DOS

GRADO: DECIMO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar los conocimientos del área en las actividades extra clase que permitan mejorar su condición. 		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales	Competencia motriz Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos	SABER: Identifica conceptos básicos del reglamento de balonmano HACER: Organiza categoriza de prácticas deportivas a través de lo estipulado en los reglamentos deportivos.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

<p>comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Cuidado de sí mismo</p>	<p>Reflexiona sobre temas relacionados con los hábitos de vida saludable a través de múltiples prácticas motrices de orden deportivo, recreativo y artístico, contribuyendo a la creación de ambientes favorables para el desarrollo de la sana sexualidad entre sus pares.</p> <p>Desarrolla permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje.</p>	<p>(Social– humanista). SER: Participa en las actividades deportivas respetando las reglas y las normas básicas. (Social– humanista).</p>
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos del reglamento de balonmano • Organiza y categoriza prácticas deportivas a través de lo estipulado en los reglamentos deportivos, desde sus capacidades. • Participa en las actividades deportivas respetando las reglas y las normas mínimas. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO TRES

GRADO: DECIMO	OBJETIVO DEL PERIODO:		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Planea y ejecuta proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre, salud y cultura como estrategia para una adecuada preservación de la salud.</p>	<p>SABER: Identifica conceptos básicos del reglamento de futbol sala. HACER: Realiza prácticas motrices múltiples de orden deportivo, y recreativo, aplicando su reglamentación. SER: Lidera actividades que le permiten interactuar con los demás.(social – humanista</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos del reglamento de futbol sala. • Realiza prácticas motrices múltiples de orden deportivo, y recreativo, aplicando su reglamentación, desde sus capacidades. • Participa de actividades que le permiten interactuar con los demás. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

10.11 GRADO 11°

PERIODO UNO

GRADO: ONCE		OBJETIVO DEL PERIODO:	
		<ul style="list-style-type: none"> Reconocer la importancia de la administración deportiva y la organización de eventos deportivos determinadas a través de la aplicación de diversas estrategias grupales. 	
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo	Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo	<p>Competencia motriz Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Organiza y desarrolla proyectos recreativos y deportivos a nivel institucional</p>	<p>SABER: Identifica conceptos básicos de la administración deportiva y la organización de eventos deportivos. (Social – humanista).</p> <p>HACER: Realiza festivales, y torneos deportivos, interinstitucionales. (Social – humanista).</p> <p>SER: Asume una postura crítica, creativa y reflexiva en las diferentes actividades asignadas.</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> Identifica conceptos mínimos conceptos básicos de la administración deportiva y la organización de eventos deportivo. Realiza festivales, y torneos deportivos, interinstitucionales y dentro de las clases, según sus capacidades. Asume una postura crítica, y reflexiva en las diferentes actividades asignadas. 		



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"

Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO DOS

GRADO: ONCE		OBJETIVO DEL PERIODO:	
ESTANDARES		COMPONENTES	COMPETENCIAS
<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>		<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Plantea propuestas creativas de intervención social en su comunidad a partir de sus habilidades y conocimientos específicos en temas relacionados con hábitos de vida saludable.</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO		<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de conceptos básicos de la medicina deportiva. • Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo ser, según sus capacidades. • Lidera actividades mínimas que le permiten interactuar con los demás. 	



INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO

"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"


Código: DC-FR-26

ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA

Versión: 01

PERIODO TRES

GRADO: ONCE	OBJETIVO DEL PERIODO:		
ESTANDARES	COMPONENTES	COMPETENCIAS	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO
<p>Reconozco la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p>	<p>Desarrollo motor Técnicas del cuerpo Condición física Lúdica motriz Lenguajes corporales Cuidado de sí mismo</p>	<p>Competencia motriz Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Implementa actividades de evaluación de la condición física, la expresión corporal y las normas deportivas e interpreta adecuadamente sus resultados.</p>	<p>SABER: Identifica conceptos básicos de la fisiología deportiva HACER: Ejecución de test sobre condición física. Organización de actividades deportivas y recreativas dentro de la institución. SER: Demuestra interés y Esfuerzo en las actividades deportivas y recreativas asignadas dentro del proceso formativo. (Social – humanista).</p>
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica conceptos mínimos de la fisiología deportiva. • Ejecuta test sobre la condición física, según sus capacidades. • Demuestra interés y Esfuerzo en las actividades deportivas y recreativas asignadas dentro del proceso formativo. 		

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

11 GLOSARIO

ACCIÓN MOTRIZ: Movimiento de tipo voluntario, consciente, intencional y que obedece a lograr fines determinados por el contexto, actividades y juegos que se despliegan en la sesión de educación física, en la iniciación deportiva y del deporte educativo.

ACTITUD POSTURAL: Posición que adopta el cuerpo, que puede estar motivada, por el estado de ánimo, o bien, para intentar expresar y/o comunicar algo con propiedad.

ACTIVIDAD DEPORTIVA: Es el conjunto de acciones relacionadas con la práctica metódica del ejercicio físico, que tiene como finalidad superar una meta o vencer a un adversario en competencia sujeta a reglas establecidas.

APRENDIZAJE MOTOR: Es el proceso de adquisición de nuevas formas de movimiento.

AUTOEVALUACIÓN: La evaluación es realizada por la persona evaluada. En este caso es el propio alumno el que realiza la evaluación o el maestro es quien evalúa su propia actuación docente.

ACTIVIDAD DEPORTIVA: Es el conjunto de acciones relacionadas con la práctica metódica del ejercicio físico, que tiene como finalidad superar una meta o vencer a un adversario en competencia sujeta a reglas establecidas.

CAPACIDAD: La potencialidad de mejoramiento de función determinada bajo condiciones óptimas de entrenamiento.

CAPACIDADES FÍSICAS: Son las predisposiciones o caracteres (posibilidades, características que el individuo posee) innatos en el individuo, susceptibles de medida y mejora, que permiten el movimiento y el tono postural.

CAPACIDADES FISICO MOTRICES: Conjunto de componentes que posee un individuo, siempre y cuando sean eficientes sus funciones vitales y puedan satisfacer sus propias necesidades.

CAPACIDAD MOTRIZ: Rasgo o actitud de un individuo, que está relacionada con el nivel de ejecución de una variedad de habilidades motrices por ser un componente de la estructura de esas habilidades.


CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES: Son aquellas que precisan de un ajuste psico-sensorial complejo para su ejecución; y dependen de las habilidades neuromusculares.

CAMPEÓN: Defensor esforzado de una causa o doctrina. El que en un campeonato obtiene la primacía o el primer puesto. Héroe famoso en armas o que sobresale en las acciones más señaladas de la guerra.

CAMPEONATO: Certamen o contienda en que se disputa el primer puesto en ciertos juegos o deportes. Certamen o lucha de carácter deportivo en que se discute la primacía. Primacía obtenida en las luchas deportivas.

COMPETENCIAS: Es el conjunto de capacidades que incluyen conocimientos, actitudes, habilidades y destrezas que una persona logra mediante procesos de aprendizaje y que se manifiesta en su desempeño, en situaciones y contextos diversos. Busca integrar los aprendizajes y utilizarlos en la vida cotidiana.

COMPETENCIA MOTRIZ: Es la capacidad del niño para dar sentido a su propia acción, orientarla y regular sus movimientos, comprender los aspectos perceptivos y cognitivos de la producción y

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

control de las respuestas motrices, relacionándolas con los sentimientos que se tienen y la toma de conciencia de lo que se sabe que se puede hacer y cómo es posible lograrlo (Ruiz Pérez, 1995)

COMPORTAMIENTO MOTOR: Conjunto de manifestaciones motrices observables de un individuo que actúa. Sus manifestaciones se presentan de forma objetiva, se pueden describir basándose sobre los datos corporales que se refieren al espacio (orientación, desplazamiento...), al tiempo (velocidad, aceleración...) y a los demás (interacciones motrices). (Parlebas, 2001)

COORDINACIÓN MOTRIZ: Es la posibilidad de ejecutar acciones que implican una gama diversa de movimientos en los que interviene la actividad de determinados segmentos, órganos o grupos musculares y la inhibición de otras partes del cuerpo. (Mélich, 1994)

CONDUCTA MOTRIZ: Es la organización significativa de las acciones y reacciones de una persona que actúa. Una conducta motriz sólo puede ser observada indirectamente; se manifiesta mediante un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, y que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa.


CONTENIDOS: Conjunto de saberes, formas culturales, conocimientos y habilidades necesarias de asimilar y adquirir para actuar, socializar, desarrollarse y reaccionar frente al entorno a partir del momento en que estos son percibidos por los alumnos y el profesor.

DEPORTE: El deporte es juego, ejercicio físico y competición y puede tener una doble orientación hacia el deporte-praxis y hacia el deporte-espectáculo. Orientado hacia el espectáculo el deporte es contacto social, política, profesión, trabajo, rendimiento y ocio pasivo. Cuando se orienta hacia la praxis es ocio activo, higiene-salud, desarrollo biológico, esparcimiento, educación, relación social y superación personal o ajena. Cada disciplina deportiva posee un reglamento propio y está regida por una institución social reconocida (institucionalizado).

DEPORTOLOGÍA: Ciencia que estudia las reacciones que en el organismo del hombre produce la actividad deportiva.

DEPORTÓLOGO: Médico especializado en la medicina del deporte.

DEPORTE EDUCATIVO: Actividad física, individual o de conjunto, cuya reglamentación, instalaciones y equipo son adaptados a las características de niños y jóvenes en edad escolar, de carácter eminentemente formativo, favorecedor de aprendizajes psicomotrices, afectivos, cognitivos y sociales. El deporte educativo se refiere a la manera de cómo abordarlo con los alumnos para que su enseñanza configure la formación de la persona a través de conductas motrices donde lo importante es que todos los alumnos mejoren y participen en las actividades.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

DESARROLLO MOTOR: Creación de funciones a través de las cuales el niño va adquiriendo control sobre sus movimientos, haciéndose cada vez más específica y sutil, que apunta a una motricidad más amplia y eficiente.

DESEMPEÑO MOTRIZ: Es la consideración que se hace de la persona que actúa en una situación motriz, de forma íntegra y hace referencia a sus emociones, sentimientos, deseos y motivaciones. Es decir tiene en cuenta a la persona que se mueve y no se enfoca sólo al movimiento. El desempeño motriz plantea que los alumnos reconozcan sus posibilidades y limitaciones personales, asuman la posibilidad de superar sus dificultades y afiancen el sentimiento de ser competentes.

DESPLAZAMIENTO: La deformación espacial de una imagen, generalmente la inversión de la imagen en su conjunto o la reordenación de sus partes (confusión de lo superior e inferior, vertical y horizontal, izquierda y derecha).


DESTREZA MOTRIZ: Es la capacidad del individuo de ser eficiente en una habilidad determinada. La destreza puede ser adquirida por medio del aprendizaje o innata en el propio individuo. Así, podemos considerar que la destreza de cada individuo favorece no sólo un proceso más rápido de aprendizaje de la habilidad sino un mejor resultado en su realización

DIDÁCTICA: Es el arte de enseñar, y en conjunto con la ciencia plantea un conjunto de técnicas y herramientas al servicio de orientar el aprendizaje siempre ligado a procesos teórico-prácticos. La finalidad de la didáctica contribuye a hacer más consciente y eficiente el proceso de enseñanza aprendizaje.

DISPONIBILIDAD CORPORAL: Es la disposición personal para la acción, en la interacción con los otros y con el medio. Consiste en la construcción progresiva por parte de los alumnos de los conceptos, procedimientos y actitudes inherentes al empleo inteligente y emocional del cuerpo y sus capacidades. (Gómez Raúl H., 2002)

EDUCACIÓN: Se entiende como un proceso de vida, que involucra, no solamente conocimientos y habilidades, sino que tiene que ver con la esencia misma del ser; sus sentimientos, el sentido y el significado de la vida; contribuye al desarrollo y actualización de las potencialidades y capacidades y siempre es un proceso perfectible.

EDUCACIÓN FÍSICA: Es una forma de intervención pedagógica que se manifiesta en toda la expresión del ser humano, su objeto de estudio no es solo el cuerpo en su aspecto físico, sino, en su corporeidad, en la cual nos proponemos educarlo y hacerlo competente para conocerlo, desarrollarlo, cuidarlo y aceptarlo.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

EDUCACIÓN PARA LA PAZ: Consiste en un proceso de transformación de la cultura de guerra, Violencia, imposición y discriminación, en otra cultura comprometida con la no-violencia, el dialogo, el respeto y la solidaridad.

ESTRATEGIA DIDÁCTICA: Son recursos pedagógicos que el docente dispone para buscar mediante ellos el logro de los diferentes propósitos educativos de la educación física.

ENTIDAD CORPORAL: Es la noción que se tiene de uno mismo. Noción que contiene el conocimiento y estima de las propias posibilidades corporales y la toma de conciencia de sí mismos al reconocer que existen muchas y distintas maneras de ser.

ESTRATEGIA: Plan o programa de acción o procedimiento de actuación para organizar de forma económica y eficaz sus conocimientos y acciones para conseguir un objetivo dado. Es un proceso que involucra la experiencia, recolección, análisis, asimilación, investigación y la evaluación de información.

ESQUEMA CORPORAL: Representación que cada uno tiene de su cuerpo y de cada una de sus partes, se adquiere con la experiencia. La percepciones elemento fundamental en la elaboración del esquema corporal.


EQUIDAD DE GENERO: Es el disfrute equilibrado de hombres y mujeres de los bienes socialmente valiosos, de las oportunidades, de los recursos y recompensas. El propósito no es que mujeres y hombres sean iguales, sino que, sus oportunidades en la vida sean y permanezcan iguales.

EVALUACIÓN: La evaluación es una valoración que se emite sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje, una vez recogidos una serie de datos, en relación con los objetivos educativos que se pretenden alcanzar. La evaluación implica al propio proceso y no se trata de un juicio terminal del mismo, sino que las actividades de evaluación están incluidas dentro de las propias actividades de enseñanza-aprendizaje, (Diseño Curricular Base del MEC, 1989).

EVALUACIÓN COMPARTIDA: La evaluación del alumno, del maestro o del propio proceso la realizan, de forma dialogada y colaborativa, las personas que participan en el dicho proceso educativo. Especialmente vinculada a la E.F. como práctica ética y emancipadora.

EXPRESAR: Consiste en exteriorizar, por medio de actitudes, gestos, palabras, etcétera, lo que se siente o piensa sin la intención específica de ser escuchado y comprendido.

EXPRESION CORPORAL: Es una disciplina que trabaja con el lenguaje del cuerpo, que es el movimiento. La Expresión Corporal revaloriza el cuerpo que somos, permitiendo que se haga presente, se exprese y se comunique. La Expresión Corporal propone que cada persona recupere el

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

placer del movimiento y encuentre su propio lenguaje para moverse y crear en un clima de libertad, que constituye un reto y promueve la superación de estereotipos y la formación integral de la persona. Se refiere al movimiento con el propósito de favorecer los procesos de aprendizaje, estructurar el esquema corporal, construir una apropiada imagen de sí mismo, mejorar la comunicación y desarrollar la creatividad.

FLEXIBILIDAD: Es la posibilidad de abordar un mismo problema o situación planteada de diferentes maneras. Las categorías que se manejan como respuestas deben ser por tanto diferentes y no se limitan a un solo punto de vista o modo de resolver una situación. Este contenido aporta un conocimiento opuesto a lo que sería la rigidez, lo monótono o lo receptivo.

FLUIDEZ: Es la posibilidad de generar muchas producciones en un tiempo limitado. Se refiere a un rasgo de cantidad y de velocidad de respuestas que debe surgir con gran dinamismo.

FORMACIÓN: Es la disposición que toman los componentes de un equipo deportivo en el juego en que intervienen.


FUERZA: Es la capacidad motriz de superar una resistencia por medio de la fuerza, de superar una resistencia por medio de la tensión muscular.

GÉNERO: Es el conjunto de creencias, prescripciones y atribuciones que se construyen socialmente tomando a la diferencia sexual como base. Por definición, es una construcción histórica: lo que se considera propio de cada sexo cambia de época en época. (Lamas, 2007)

GESTO: Se entiende como el movimiento del cuerpo en general o de alguna de sus partes, cargado de significado, con que se pretende expresar o comunicar algo.

GIMNASIA EDUCATIVA: Conjunto de ejercicios que desarrollan las fuerzas físicas y morales.

HABILIDADES MOTRICES: Se entiende como el grado de competencia de un sujeto en concreto frente a una tarea determinada. Correr, saltar, lanzar, son habilidades motrices básicas porque: 1. son comunes a todos los individuos; 2. filogenéticamente han permitido la supervivencia del ser humano; 3. son el fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no). Dentro de las habilidades motrices básicas se encuentran: de locomoción, no-locomoción y de proyección-recepción. (Ruiz Pérez, 1994). Las habilidades motrices, son el resultado de la participación de diferentes tipos de conocimientos representados en la memoria y adquiridos en la práctica.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

IDENTIDAD CORPORAL: Es el reconocimiento del cuerpo y de algunos significados y significantes de sus partes, observando el mensaje que comunican los movimientos y las posturas, comprobando los significantes de las emociones impresas en el cuerpo, registrando particularidades, condiciones y presencias constituyentes de la corporeidad. (Grasso, 2005)

IMAGEN CORPORAL: Intuición que se tiene del cuerpo en relación con el espacio de los objetos y de las personas, se elabora a partir de las reacciones de adaptación al mundo exterior.

IMPULSO: El producto de una fuerza constante por la duración de su acción. Movimiento interior, excitación rápida, momentánea, que nos anima o impele a hacer o no, una cosa. En física, acción por la cual un cuerpo tiende a poner a otro en movimiento chocando con él.

INICIACIÓN DEPORTIVA: Proceso que no ha de entenderse como el momento en que se empieza la práctica deportiva, sino como una acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño o sujeto que se inicia y los fines a conseguir, permite que este adquiera progresivamente una mayor competencia motriz. El proceso de iniciación debe de hacerse de forma paulatina, acorde a las posibilidades y necesidades de los individuos, con prácticas simplificadas a partir del manejo de una gran variedad de objetos y/o implementos de diversas características que no necesariamente deben tener relación directa con algún deporte en específico y la aplicación de estos fundamentos en situaciones similares a las de los deportes. Una buena iniciación se caracteriza por la máxima inclusión y participación.


JUEGO DE EJERCICIO: Este no supone ninguna técnica particular: son simples ejercicios que ponen en acción un conjunto variado de conductas, pero sin modificar su estructura tal cual se presenta en el estado de adaptación actual. (Piaget, 1980)

JUEGO DE REGLAS: El juego de reglas da acceso a la realidad social y viaja de la imposición e imitación a la autonomía y a la comprensión del sentido de la regla, como contenido y como medio para la relación entre las personas que juegan. (Navarro y Adelantado. 2002)

JUEGO LIBRE O ESPONTÁNEO: Es aquella actividad lúdica que el niño realiza sin la intervención del profesor.

JUEGO PSICOMOTOR: Juego deportivo correspondiente a las situaciones psicomotrices. Carecen de interacciones motrices esenciales, se practican en solitario, desde el punto de vista de la resolución operatoria de la tarea. (Parlebas, 2001)

JUEGO SOCIOMOTOR: Juego con carácter deportivo que corresponde a las situaciones que se caracterizan por la presencia de una interacción motriz esencial; dicha interacción se concreta en una comunicación motriz de tipo cooperativo.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

JUEGOS COOPERATIVOS: Pueden definirse como aquellos en los que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora ya que: Libera de la competición, de la eliminación, libera para crear sus propias reglas. (Velásquez Callado, 2004)

JUEGOS MODIFICADOS: Son juegos que mantienen en esencia la naturaleza problemática del juego deportivo estándar o deporte (por lo tanto, también su táctica). No pertenecen a ninguna institución deportiva ni están sujetos a la formalización y estandarización.

JUEGOS PARADOJICOS: Juegos con carácter deportivo cuyas reglas exigen la realización de interacciones motrices marcadas por la ambigüedad y la ambivalencia (ejemplo: cambio de roles en la misma actividad), y que culmina en efectos contradictorios e irracionales. Esta dinámica paradójica deriva del sistema de interacción generado por la lógica interna del juego, y sobre todo de la red de comunicaciones motrices. De hecho, la ambivalencia está ya presente en algunos códigos de juego, en donde cada participante es libre de elegir a sus compañeros y a sus adversarios en cualquier momento e incluso de cambiarlos eventualmente en el transcurso del juego. (Parlebas, 2001)

LANZAMIENTO: Es el acto de enviar lo más lejos posible, mediante limitaciones en las acciones que se realicen con objetos, como jabalina, disco, piedra, etc. Los lanzamientos de objetos constituyen una tentación del hombre desde la antigüedad y es probable que cotejar envíos de esta naturaleza haya nacido con el hombre mismo.


LATERALIDAD: Hace referencia a la dominancia de un lado del cuerpo sobre el otro tanto en miembros superiores como inferiores.

LENGUAJE: Conjunto de expresiones con las que el ser humano se manifiesta de forma intencional, utilizando el cuerpo como vehículo de expresión o de transmisión. Puede ser verbal y no verbal.

LENGUAJE GESTUAL: Código de comunicación cargado de sentido cultural, vinculado a la vida emocional de la persona, con un gran valor de espontaneidad, que sirve para apoyar el lenguaje verbal, aunque en ocasiones puede contradecirlo. Se basa en las actitudes corporales, la apariencia corporal, el contacto físico, el contacto ocular, la distancia interpersonal el gesto, la orientación espacial interpersonal, y el ritmo comunicativo gestual y sonoro, llegando al interlocutor por vía visual o táctil.

LENGUAJE NO VERBAL: Utilización de códigos variados de comunicación que se valen del cuerpo como herramienta principal de transmisión y que excluyen el uso de la palabra. Se refiere al gestual, y a los componentes sonoros comunicativos. Pueden llegar al receptor por cualquier vía de transmisión de la información.

LESIÓN: Todo cambio patológico que se produce en los tejidos u órganos sanos.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

LIGAMENTO: Banda de tejido conjuntivo fibroso, blanco, denso, flexible, y muy resistente, casi inextensible, que une las piezas esqueléticas que entran en la constitución de la articulación.

LÍNEA DE SALIDA: Punto de comienzo o partida de una competencia.

LOGICA INTERNA: La lógica interna es el modo peculiar en cómo están predeterminadas las acciones motrices de toda actividad, juego o deporte, donde las normas provocan comportamientos corporales precisos de los jugadores en cuatro aspectos: El espacio, el material, la interacción con otros jugadores y el tiempo.

LÚDICO: La etimología de la palabra juego, se deriva del latín iocus o acción de jugar, diversión, broma. La raíz de la palabra nos dice simplemente que el juego es "diversión". Para hacer referencia a todo lo relativo al juego nos auxiliamos con el término lúdico, y cuya raíz latina es ludus o juego.

LUDOGRAMA: Es la representación gráfica de las secuencias de los sub roles socio motores (y eventualmente de los roles socio motores) asumidos por un jugador sucesivamente durante el desarrollo de un juego deportivo. El ludo grama tiene en cuenta las unidades práxicas consideradas básicas respecto al significado estratégico y/o interaccional de los actos de juego; las unidades mínimas recogidas aquí como más interesantes de manera inmediata son los sub roles socio motores. (Parlebas, 2001)

LUDOMOTRICIDAD: Recae en la naturaleza de las situaciones motrices que corresponden a los juegos deportivos. Su finalidad es clara, pues alude al placer del juego, al deseo de una acción entretenida. El placer del juego responde básicamente a una actitud que puede nacer y desarrollarse en condiciones muy variadas según el contexto social y las vivencias subjetivas de cada uno. (Parlebas, 2001)


LUXACIÓN: Dislocamiento o desplazamiento anormal y permanente de los extremos óseos de una articulación, perdiendo las superficies de contacto, su relación recíproca. (Puede ser completa, incompleta, recidivantes, etc.)

MOTRICIDAD: La Motricidad, como capacidad humana, es la propia manifestación de la vida humana en sus distintos modos de expresarse e impresionarse. Su intención es el desarrollo de la toma de consciencia desde la vivencia (contacto sensorial con la realidad) y su fin o propósito es el desarrollo humano de cara a la trascendencia, es decir, la transformación del yo, el otro y el cosmos. (Luis Guillermo Jaramillo y Eugenia Trigo)

MÓVIL: Refiere a la dinámica y lógica de las actividades físicas y deportivas, determinando el propósito, la naturaleza y el logro o la meta a alcanzar.

MOVIMIENTO FIGURATIVO: Acción que trata de representar de manera comprensible realidades o ideas. Se opone al movimiento abstracto. (Exp. Corp.)

MOVIMIENTO SIMBÓLICO: Es un tipo de movimiento figurativo que se realiza con ciertos rasgos o características y que por convención social permite la identificación con una cosa, fenómeno, idea o persona que se toma como inspiración.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO <i>"Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"</i>	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

PARTIDO: Conjunto o agregado de personas que siguen y defienden una misma facción, opinión o causa. En el juego, conjunto o agregado de varios, que entran en él como compañeros, contra otros tantos.

PASE: Es una acción de entregar el elemento específico de la actividad que se está ejecutando, de manera que un compañero lo reciba y quede habilitado para una acción posterior que beneficie al equipo.

PEDAGOGÍA: Se encarga de proponer los métodos y procedimientos más adecuados para los procesos educativos del ser humano, impactando en aspectos cognoscitivos, afectivos y axiológicos, apoyándose de la psicología, sociología y filosofía de la educación. pro de su propio aprendizaje. (Pedro Ahumanda Acevedo, 2005)

PLANEACIÓN: Es una función reflexiva del docente que consiste en organizar flexible y sistemáticamente los contenidos del currículum de E.F. y la intervención docente, en función de los objetivos didácticos, para prever un plan futuro de actuación eficaz. (J. Viciano)

RECREACIÓN: Fenómeno social que responde a una necesidad espiritual del individuo y que cumple la función de encaminar a dicha persona a ocupar sus momentos libres en algo distinto a sus actividades ordinarias. Acción de recrear, divertir, alegrar o deleitar, diversión para alivio del trabajo. Diversión para solaz o descanso, entretenimiento, distracción de preocupaciones.

RESISTENCIA: Es la capacidad de soportar el estado de fatiga progresiva que sobreviene en un trabajo de larga duración. Depende directamente del sistema cardio-respiratorio.

RITMO: Es un flujo de movimiento controlado medido, sonoro o visual, generalmente producido por una ordenación de elementos diferentes del medio en cuestión.


RITMO COMUNICATIVO GESTUAL Y SONORO: Investigación y toma de conciencia de los aspectos temporales del comportamiento interpersonal en lo relativo al lenguaje corporal gestual y verbal. (Exp. Corp.)

RITMO EXTERNO: Búsqueda, exploración, descubrimiento, concienciación y conocimiento del movimiento que conduce al acoplamiento del sujeto al ritmo producido por estímulos sonoros externos (provocados por otras personas, todo tipo de objetos instrumentos de percusión, así como la propia música). (Exp. Corp.)

RITMO INTERNO: Búsqueda, exploración, descubrimiento, concienciación y conocimiento de las posibilidades rítmicas particulares, a partir de los elementos básicos del ritmo (movimiento o ausencia de movimiento pausa, duración, velocidad y acentuación). (Exp. Corp.)

SALTO: Levantar el cuerpo por la contracción rápida y enérgica de unos músculos mientras ellos aseguran el equilibrio. Para producir este movimiento brusco y general del cuerpo se detallan todas las circulaciones en el sentido de longitud, a esta flexión se hace suceder una extensión repentina que separa al cuerpo del suelo y le imprime un movimiento hacia arriba. Espacio comprendido entre el punto donde se salta y aquél al que se llega.

SALUD: El estado completo de bienestar físico, mental y social; no es solamente la ausencia de afecciones y/o de enfermedades.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

SINCRONIZACIÓN: Tipo de interacción entre dos o más personas que conlleva la acción simultánea entre ellas, acomodándose necesariamente la acción del otro. (Exp. Corp.)

SITUACIÓN COMPETITIVA: Una situación será definida como competitiva cuando la consecución de los objetivos de uno de los miembros impide la consecución de los objetivos de los demás.

SITUACIÓN COOPERATIVA: Se puede definir una situación cooperativa como aquella en que los objetivos de los individuos, en una situación dada, son de tal naturaleza que, para que el objetivo de un individuo pueda ser alcanzado, todos los demás integrantes de dicha situación deberán igualmente alcanzar sus respectivos objetivos

SOCIO MOTRICIDAD: Corresponde al campo y a las características de las prácticas que se desarrollan en situaciones de interacción motriz, en donde se implica necesariamente la realización de una tarea proyectada.

TAREA MOTRIZ: Conjunto de condiciones materiales y de obligaciones que definen un objetivo cuya realización requiere de la intervención de las conductas motrices de uno o más participantes. Las condiciones objetivas que presiden la realización de la tarea motriz son impuestas a menudo por consignas y reglamentos. En el caso de los juegos deportivos, son efectivamente las reglas las que definen la tarea prescribiendo las obligaciones en que deben someterse las conductas motrices de los practicantes. (Parlebas, 2001)

TOMA DE CONCIENCIA: Proceso reflexivo por el cual la persona puede darse cuenta, percatarse, percibirse y reconocerse a sí mismo, a los demás, o/y al entorno, tanto estática como dinámicamente. Se realiza al centrar la atención en las sensaciones exteroceptivas, interoceptivas y propioceptivas. (Exp. Corp.)


TRAYECTORIA: Línea descrita en el espacio por un cuerpo que se mueve, y, más comúnmente, la que sigue un proyectil. (Exp. Corp.)

TONO MUSCULAR: Podemos definirlo como la tensión ligera a la que se halla sometido todo músculo en estado de reposo y que acompaña también a cualquier actividad postural o cinética.

UNIDAD DIDACTICA: Es un conjunto de ideas, una hipótesis de trabajo, que incluye no sólo los contenidos de la disciplina y los recursos necesarios para el trabajo diario, sino una meta de aprendizaje, una estrategia que ordene y regule en la práctica escolar los diversos contenidos de aprendizaje. (Fernández G., 1999)

VARIABILIDAD DE LA PRÁCTICA: Consiste en propiciar una amplia gama de posibilidades de las condiciones de práctica, provocar nuevos parámetros de respuesta y en conseguir que mediante dichas variaciones el sujeto tenga que adaptar sus respuestas y establecer nuevos parámetros.

VELOCIDAD: Es la capacidad de moverse de un punto espacial a otro con un mínimo de tiempo.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA EL ROSARIO "Formando personas en el ser, la ciencia y la competitividad"	
Código: DC-FR-26	ESTRUCTURA DEL PLAN DE AREA	Versión: 01

12 BIBLIOGRAFÍA

- BLÁZQUEZ, D. (1988). Metodología y didáctica de la actividad física. En actas del "III Congreso Gallego de Educación Física e o deporte" (pp.). Bastiagueiro: INEF Galicia.
- BLAZQUEZ SANCHEZ, Domingo. INDE, publicaciones.
- CECCHINI, J.A. (1996) "Epistemología de la educación física" en: García Hoz, V. "Personalización en la Educación Física. Editorial RIALP S.A. Madrid p. 67 - 106.
- DEVÍS, J. Y PEIRÓ, C. (1992): "Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La salud y los juegos modificados". INDE Publicaciones. Barcelona.
- DOCUMENTO N° 15, Estándares básicos de competencia para el área de Educación Física, Recreación y Deporte en el Departamento de Antioquia. Primera edición X.XXX ejemplares Medellín - Colombia 2010.
- EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES. Serie Lineamientos Curriculares Áreas Obligatorias y Fundamentales
- FUNDAMENTOS GENERALES DEL CURRÍCULO. Ministerio de Educación Nacional
- LEY GENERAL DE EDUCACIÓN Ley 115 de febrero 8 de 1994
- LEY 934, "Por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones." Diario oficial, diciembre 30 de 2004.
- LEY 181 DE 1995. "Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte". Santafé de Bogotá, D.C., a 18 de enero de 1995.
- NUEVA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA, Julio 4 de 1991, Bogotá, 2010, edición 10
- ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE. Bogotá D.C. – Colombia www.mineducacion.gov.co 2010 Primera edición
- Resolución 2343 de junio 5 de 1996
- REVISTA DIGITAL. Buenos Aires, año 9, N| 62. Julio de 2003. Tomado el 8 de abril 10:25 p.m., <http://www.efdeportes.com/>
- RUIZ PEREZ, Luis Miguel. Desarrollo Motor y Actividades Físicas. GYMNOS, Editorial Deportiva.
- SANCHEZ B, Fernando. Didáctica de la Educación Física y el Deporte. GYMNOS, Editorial.
- Secretaría de Educación de Medellín Transformación Curricular. Pedro Ignacio Mora Franco, Hair Brito Cantillo, Erica Cárdenas Sierra, Miguel Ochoa Palacio, Marta Quiñones, Jorge Flórez Vásquez, Alexander Valencia Bedoya, Sergio Castaño (Docente de la IE Hernán Toro Agudelo)
- Aprendizaje Sincrónico y Asincrónico, definición, Ventajas y desventajas. Paulette Delgado, junio 23 de 2020. <https://observatorio.tec.mx/edu-news?author=5b61c2fbcd99afcf4516fe5>

13 ANEXOS

13.1 ANEXO A TRASVERSALIZACIÓN DE PROYECTOS

NOMBRE DEL PROYECTO (desde la norma que lo reglamenta)	ESTÁNDARES ASOCIADOS A LOS TEMAS DE LOS PROYECTOS	CONTENIDOS TEMÁTICOS DE NORMA Y LOS QUE TRABAJA LA INSTITUCIÓN	ÁREAS, GRADO Y PERIODO
<p>UNO:</p> <p>Estudio, comprensión y práctica de la Constitución y la instrucción cívica.</p> <p>Constitución política de Colombia 1991;</p> <p>Ley 115/1994</p> <p>Ley 1029/2006. Lineamientos Curriculares de Constitución Política y Democracia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Respetar las reglas Propuestas por el grupo. - Cumple con las Normas establecidas y valora las diferencias individuales. - Implementa mecanismos para Manejo de conflictos, posibilidades de Acuerdos y Pactos. 	<p>1ª Formación de las subjetividades democráticas. Componentes: (a) Desarrollo de la autonomía y juicio político, (b) Desarrollo de las competencias dialógicas y comunicativas.</p> <p>2ª Construcción de una cultura política. Componentes: (a) Construcción de la esfera de lo público y (b) Construcción de identidades colectivas.</p> <p>3ª Formación en el conocimiento y comprensión de las instituciones y de la dinámica política. Componentes: (a) Análisis de situaciones y (b) Conocimiento de la Constitución).</p>	<p>Primaria y secundaria</p>

<p>DOS:</p> <p>Aprovechamiento del Tiempo Libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo. Ley 115/ 1994; Ley 181/ 1995, Ley 1029/ 2006.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Experimenta y resuelve situaciones diversas en el juego libre. • Realiza juegos como forma de diversión. • Utiliza los recursos educativos que brindan las TIC para complementar los conocimientos propios del área. (JUEGOS LÚDICOS) • Clasifica los juegos e identifique los beneficios que trae su práctica en los niños. • Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades. • Participa de las actividades lúdicas recreativas de acuerdo con las reglas planteadas en interacción con los demás. 	<p>(a) integración actividades físicas, deportivas y recreativas en todos sus niveles.</p> <p>(b) Contribución al desarrollo de la educación familiar, escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para la utilización del tiempo libre a través de actividades físicas, la recreación y el deporte, mediante la incorporación de valores comunitarios.</p>	<p>Educación física,</p> <p>cada institución educativa diseñará su programa específico según las necesidades y posibilidades</p> <p>Primaria y secundaria.</p>
<p>TRES:</p> <p>Protección del Ambiente, la</p>	<p>- Manifiesta interés por mejorar el medio ambiente. Decide cuidarse y cuidar a sus compañeros se integra con sus compañeros</p>	<p>Diagnóstico de la situación ambiental de contexto en el que se ubica la institución educativa y formular entre sus estrategias acciones para ayudar en la mejora o en la solución de los</p>	<p>Ciencias naturales</p> <p>Educación Física en primaria y secundaria</p>

<p>ecología y la preservación de los recursos naturales.</p> <p>Constitución política de Colombia/1991; ley 115/1994;</p> <p>Decreto 1743/1994, Ley 1549/2012.</p> <p>Incluye el proyecto de atención y prevención de desastres (artículo 5, parágrafo 10 de la ley 115. Resolución del MEN 7550/1994</p>	<p>respetando sus puntos de vista.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud. - Expresión del triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando con responsabilidad <p>En los ambientes naturales en los cuales realiza actividades deportivas</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifica hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física. - Reconoce los trastornos de la alimentación que pueden afectar su salud, en la vida cotidiana. 	<p>problemas ambientales.</p>	
<p>CUATRO:</p> <p>Educación para la justicia, la paz, la democracia, la solidaridad, la fraternidad, el cooperativismo, la formación</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal. - se integra con sus compañeros respetando sus puntos de vista - Participación de las actividades con agrado y disciplina. 	<p>Desarrollo de actitudes, habilidades y conocimientos necesarios para la participación responsable como ciudadanos en una sociedad democrática;</p>	<p>Sociales</p> <p>Política</p> <p>Ética</p> <p>Religión</p>

<p>de los valores humano.</p> <p>Constitución Política de Colombia 1991; Ley 115/1994 Resolución 1600/ 1994</p> <p>Proyecto de vida</p> <p>Sembrando valores</p> <p>Decálogos éticos y civilista.</p>	<p>- Acepta la diferencia como condición del ser humano.</p>	<p>Comprensión, valoración y práctica de la Constitución Política, de la estructura y fines del Estado, de la función de la administración pública y de conceptos tales como libertad, democracia, responsabilidad, ética, orden, autoridad, gobierno, solidaridad, tolerancia y respeto por la opinión ajena, los derechos humanos, las etnias y las culturas, de manera que se asuman conductas cívicas dentro de la propia comunidad y en las demás esferas de la vida política y social;</p> <p>Reconocimiento, aceptación y respeto de los derechos propios y de los demás para logro de una sociedad justa y pacífica;</p> <p>La práctica y el conocimiento de los mecanismos de participación política y ciudadana que formen a la persona para asumir un papel activo y democrático en las decisiones nacionales, regionales y locales que afectan su comunidad;</p> <p>Manejo de los conflictos como algo inherente a las relaciones interpersonales e intergrupales y su resolución sin acudir a la violencia, incorporando la equidad, la negociación y la transacción en la solución de los mismos;</p>	<p>Lengua castellana</p> <p>Ciencias naturales</p> <p>Educación Física en primaria y secundaria</p> <p>El proyecto de educación debe contemplar para su elaboración los principios filosóficos del proyecto educativo institucional y las directrices del Ministerio de Educación, y su construcción e implementación se hará mediante la participación colegiada de todos los miembros de la comunidad educativa-padres de familia, estudiantes, docentes y directivos-.</p>
---	--	---	---

		<p>Adopción de formas de diálogo, deliberación, controversia, consenso y compromiso frente a las relaciones interpersonales, sociales y políticas;</p> <p>El desarrollo de la propia autonomía, de la conciencia personal y de las actitudes críticas y creativas;</p> <p>formación de una ética del trabajo, de las actividades del tiempo libre, y de las relaciones con el medio físico natural y creado, y</p> <p>Fortalecimiento de la autonomía escolar y el reconocimiento de la historia, la identidad y las culturas nacional, regional y local.</p>	
<p>CINCO:</p> <p>Educación Sexual y ciudadanía.</p> <p>Constitución Política de Colombia, Artículo 42.</p> <p>Derechos sexuales y reproductivos.</p> <p>Declaración sobre ed. sexual para todos; Conferencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementa el respeto, la valoración de la vida y del cuerpo humano. <ul style="list-style-type: none"> - Asume hábitos de postura e higiene corporal. - Realiza actividades que Fomenten la reflexión e implementación de acciones para el cuidado de su salud sicofísica, y colectiva. - Valora la vida y respeta el 	<p>Guía No. 1: La dimensión de la sexualidad en la educación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes.</p> <p>Guía No. 2: El proyecto pedagógico y sus hilos conductores.</p> <p>Guía 3: Ruta para desarrollar proyectos pedagógicos de educación para la sexualidad y</p>	<p>Educación Física en secundaria</p>

<p>internacional sobre la población y el desarrollo; Resolución 3353/1993.</p> <p>Ley 115/94; Programa nacional para la educación sexual y construcción de ciudadanía 2008.</p> <p>Documento Conpes 147/2012 política pública y estrategia para la formación en temas de educación sexual.</p> <p>Política nacional de salud sexual y reproductiva .</p> <p>Ley 1620/2013. DEC 1965/2013</p>	<p>cuerpo humano.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conceptualiza las capacidades físicas (fuerza y flexibilidad) <p>En el desarrollo innato de los géneros.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconocimiento de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental del desarrollo psicosexual. - Reflexiona sobre temas relacionados con los hábitos de vida saludable a través de múltiples prácticas motrices de orden deportivo, recreativo y artístico, contribuyendo a la creación de ambientes favorables para el desarrollo de la sana sexualidad entre sus pares. 	<p>construcción de ciudadanía.</p> <p>Colombia Aprende:</p> <p>http://www.colombiaprende.edu.co/htm/productos/1865/article-176712.html</p> <p>Portal del Ministerio de Educación Nacional:http://www.mineducacion.gov.co/1621/article-172102.html</p>	
<p>SEIS:</p> <p>Prevención Integral a la Drogadicción (prevención de riesgos sicosociales): Decreto 1108/1994;</p> <p>Decreto 120 /2010</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Demuestra buen reconocimiento, manejo y cuidado de su cuerpo. 	<p>Mecanismos y estrategias para la prevención y formación de los estudiantes sobre el tema de las sustancias alucinógenas; la prevención del consumo de bebidas alcohólicas y las consecuencias sociales y en la salud que ellas acarrear.</p>	<p>Educación física en primaria y secundaria</p>

<p>SIETE:</p> <p>Educación en Tránsito y Seguridad vial.</p> <p>Ley 769/ 2002 Código Nacional de Tránsito Terrestre.</p>	<p>- Actividades que permitan identificar, utilizar y cuidar los espacio público de La comunidad.</p>	<p>Desarrollo de conocimientos, habilidades y destrezas que le permitan a niños, niñas u jóvenes ejercer su derecho a la movilidad libre y segura, conocer y respetar las normas del tránsito, y respetar los derechos de los demás en los espacios públicos.”</p> <p>“fundamentado en el respeto por el derecho a la vida, a la movilidad, en el disfrute del espacio público, y en el reconocimiento y respeto por las normas y las leyes.”</p>	<p>Educación Física en primaria y secundaria</p>

<p>cultura del emprendimiento en los establecimientos educativos MEN.</p>	<p>las expresiones motrices culturalmente determinadas, que permiten proyectarme a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo - Formulación y organización de proyectos dirigidos a las prácticas deportivas y recreativas para el buen uso de los escenarios deportivos comunitarios. 	<p>emprendimiento, la innovación y la creatividad y desarrollar competencias para generar empresas.</p> <p>“Promover actividades como ferias empresariales, foros, seminarios, macro ruedas de negocios, concursos y demás actividades orientadas a la promoción de la cultura para el emprendimiento y a la realización de proyectos pedagógicos productivos</p>	
---	--	---	--

<p>DIEZ:</p> <p>Cátedra escolar de teatro y artes escénicas.</p> <p>Ley 1170 / 2007</p> <p>Conformación de grupos de teatro.</p> <p>Formación en artes escénicas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalezco mis habilidades motrices <p>Básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Interpretación de actividades Rítmico – danzarias, artísticas, deportivas, ludo Recreativas. 	<p>“orientar a los niños y niñas y los jóvenes en la apropiación del teatro y artes escénicas.</p> <p>Conservar la cultura nacional y la adopción desde la formación artística de nuevas visiones del mundo.</p> <p>Formarlos como líderes sociales y comunitarios para el futuro del teatro y las Artes escénicas colombianas (Artículo 13º).</p> <p>Conformación de grupos de teatro institucionales.”</p>	<p>contenido adicional del área de Educación Artística y Cultural</p> <p>filosofía</p> <p>Lengua castellana.</p> <p>Educación Física en primaria y secundaria.</p>
--	---	--	--

<p>ONCE: MUNICIPAL</p> <p>Cátedra Municipal</p> <p>“Asignatura Itagüí, creación de identidad región”</p> <p>Ley 115/1994;</p> <p>Acuerdo Municipal del Concejo de Itagüí 005/2005.</p> <p>Plan de Desarrollo Municipal 2012 - 2015</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional. - Identifico mi entorno: familia, Escuela y barrio. - Valora y participa en Prácticas deportivas y culturales dentro y fuera del colegio como beneficio para su calidad de vida. 	<p>Mi municipio; Geografía de mi municipio; economía local; patrimonio cultural; deportes y recreación; recursos naturales; emblemas, personajes ilustres y síntesis municipal.</p>	<p>Sociales</p> <p>Matemáticas</p> <p>Lengua castellana</p> <p>Ciencias naturales</p> <p>Artística</p> <p>Ética</p> <p>Educación física</p>
<p>DOCE: SOLO 10° - 11°</p> <p>Servicio Social de los Estudiantes.</p> <p>La Ley 115/1994.</p> <p>Decreto 1860/ 1994, Resolución 4210/ 1996</p>		<p>“Sensibilización frente necesidades, intereses, problemas y potencialidades de la comunidad, para que, adquiera y desarrolle compromisos y actitudes en relación con el mejoramiento de la misma”.</p> <p>“Desarrollo de la solidaridad, la tolerancia, la cooperación, el respeto a los demás, la responsabilidad y el compromiso con su entorno social”</p> <p>“Realización de acciones educativas orientadas a la construcción de un espíritu de servicio para el mejoramiento permanente de la comunidad y a la prevención integral de problemas socialmente</p>	<p>Fuera de áreas, extra clase.</p> <p>Requisito para graduarse.</p>

		<p>relevantes”</p> <p>“mejoramiento de las condiciones socio-culturales de las comunidades mediante la participación en actividades y proyectos.</p> <p>Las instituciones educativas deberán elaborar el respectivo proyecto con los convenios interinstitucionales que sean necesarios para permitir a los educandos cumplir con este requisito o diseñar las estrategias en programas propios y otros proyectos pedagógicos institucionales.</p>	
<p>TRECE: SOLO 11°</p> <p>Estudio de la Constitución y la Democracia.</p> <p>Constitución Política 1991/ artículo 41,</p> <p>Ley 107 / 1994</p>		<p>(a) presentación y sustentación de trabajos integrados y/o específicos relacionados con temas de la Constitución y sobre democracia (b) módulos o guías de aprendizaje con el apoyo de un tutor que el estudiante desarrolla en tiempos extraescolares, (c) actividades interconectadas con los proyectos de enseñanza obligatoria, registrados y sustentados.</p>	<p>Requisito para graduarse.</p> <p>Certificación como mínimo 50 horas lectivas de estudios constitucionales.</p>

CATORCE: MUNICIPAL PILEO: Plan de lectura escritura y oralidad	Los indicadores que hablan en la malla de comprensión se refieren al plan de lectura y oralidad. Tanto en primaria como en secundaria.	Ejes temáticos trabajados.	Todas las áreas
EDUCAR MIENTRAS SE INFORMA. Convenio con el periódico el mundo.	No aplica	Horas de lectura. Biblioteca escolar. Periodismo infantil y juvenil Taller de escritores.	Todas las áreas.
QUINCE: MUNICIPAL TESO: transformaciones educativas y creación de sueños y oportunidades	No aplica	Tutores teso. Programas de capacitación, trabajo colaborativo y transversalización de las tics.	
INSTITUCIONALES.....	Proyecto tiempo libre.	Proyectos bandera de la institución educativa que apuntan a la conformación de la cultura institucional.	

13.2 ANEXO B PLANES DE ÁREA DEL CLEI(En las areas que corresponde)

CLEI 2 COMPRENDE LA BASICA PRIMARIA

CLEI 2	OBJETIVO	OBJETIVO GRADO CLEI 2°: Practicar diferentes habilidades y destrezas motrices mediante juegos y rutinas rítmicas que favorezcan su corporeidad y el sentido cooperativo.	
COMPETENCIAS	COMPONENTES	PROCESOS O NIVELES DE DESARROLLO	EVIDENCIAS
MOTRIZ Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos	Desarrollo motor	Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.
		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.
		Desarrollo físico motriz	<ul style="list-style-type: none"> Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento

EXPERIENCIA LÚDICA Y RECREATIVA.		Ubicación tiempo espacio Realización técnica	
	Técnicas del cuerpo	Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas
		Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo
	Condición física	Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.
		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos
		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física
		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.

	Lúdica motriz	Realización técnica Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.
		Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Acepto y pongo en práctica las reglas de juego
EXPRESIVA CORPORAL: Identifico diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	Lenguajes corporales	Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.
		Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco y ejecuto juegos lúdicos.
AXIOLOGICA CORPORAL: Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.	Cuidado de sí mismo	Desarrollo físico motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
		Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Decido mi tiempo de juego y actividad física
		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.
		Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Organizo el tema de proyecto de aula y su diseño

		Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecuto actividades sobre el proyecto de aula
		Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Expongo y evalúo el proyecto de aula
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO			<ul style="list-style-type: none"> • Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. • Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento. • Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo. • Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo • Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física • Acepto y pongo en práctica las reglas de juego. • Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud. • Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.

CLEI3 COMPRENDE 6° y 7°

<p>CLEI 3 COMPRENDE</p> <p>6° y 7°</p>	<p>OBJETIVO DEL CICLO</p> <p>Al finalizar el ciclo los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, en la interacción motriz de sus experiencias cotidianas.</p>	<p>OBJETIVO GRADO CLEI 3 6°: Concienciar al estudiante sobre la importancia que tienen los cambios corporales y sus posibilidades de movimiento mediante la aplicación de habilidades motrices y capacidades físicas en prácticas deportivas.</p> <p>OBJETIVO GRADO CLEI 3 7°: Ejecutar de manera armónica y secuencial las habilidades motrices básicas del movimiento, utilizando implementos deportivos, conociendo su estado físico, mediante la realización de pruebas físicas que valoren las capacidades condicionales, aplicando las reglas de juego y poniéndolas en práctica en su vida diaria.</p>	
<p>COMPETENCIAS</p>	<p>COMPONENTES</p>	<p>PROCESOS O NIVELES DE DESARROLLO</p>	<p>EVIDENCIAS</p>
<p>MOTRIZ</p> <p>Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p>	<p>Desarrollo motor</p>	<p>Desarrollo físico motriz</p> <p>Ubicación tiempo espacio</p> <p>Expresión corporal</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realiza actividades para mejorar las capacidades físicas
		<p>Desarrollo físico motriz</p>	<ul style="list-style-type: none"> Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular

		Ubicación tiempo espacio Realización técnica.	objetos.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> Comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.
	Técnicas del cuerpo	Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.
		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Reconozco mis fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades gimnásticas

		Expresión corporal	
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal
		Ubicación tiempo espacio Realización técnica Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica Expresión corporal Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física
	Lúdica motriz	Ubicación tiempo espacio Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.

		Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
AXIOLOGICA CORPORAL: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal	Cuidado de sí mismo	Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO		<ul style="list-style-type: none"> • Realiza actividades para mejorar las capacidades físicas • Comprendo los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física. • Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física. • Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego. • Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida. • Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud. 	

CLEI 4 COMPRENDE 8° y 9°

CICLO 4	OBJETIVO DEL CICLO	<p>OBJETIVO GRADO CLEI 4 8°: Afianzar las capacidades físico motriz a través del juego, actividades lúdicas deportivas y ejercicios rítmicos que le permitan experimentar nuevos aprendizajes.</p> <p>OBJETIVO GRADO CLEI 4 9°: Implementar prácticas de expresiones motrices orientadas a mejorar la técnica de ejecución y la conservación de la salud en armonía con el medioambiente.</p>	
COMPETENCIAS	PROCESOS O NIVELES DE DESARROLLO	COMPONENTES	EVIDENCIAS
<p>MOTRIZ:</p> <p>Selecciono técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución.</p>	Desarrollo motor	Desarrollo físico motriz	<ul style="list-style-type: none"> Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio	<ul style="list-style-type: none"> Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física

		Realización técnica	
		Desarrollo físico motriz Realización técnica Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.
	Técnicas del cuerpo	Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> Selecciono modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.
		Realización técnica Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> Utilizo diferentes herramientas y recursos tecnológicos para la selección y realización de esquemas gimnásticos.

		Desarrollo físico motriz Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.
	Lúdica motriz	Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.
		Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.

		Ubicación tiempo espacio Realización técnica Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.
		Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Identifico herramientas TIC adecuadas para la creación y realización de actividades lúdicas.
		Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.
		Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.
		Desarrollo físico motriz Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.
EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO			<ul style="list-style-type: none"> • Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación. • Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física. • Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.

	<ul style="list-style-type: none"> • Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación. • Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud. • Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud. • Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal. • Identifico herramientas TIC adecuadas para la creación y realización de actividades lúdicas. • Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.
--	---

CLEI 5 Y 6 COMPRENDE 10° y 11°

CICLO 5	OBJETIVO DEL CICLO	<p>OBJETIVO GRADO CLEI 5 10°: Fortalecer la autonomía de los estudiantes en la creación y aplicación de su proyecto de actividad física, integrando elementos técnicos, tácticos y de expresión corporal.</p> <p>OBJETIVO GRADO CLEI 6 11°: Aplicar técnicas de cultura física que le permitan al estudiante identificar sus posibilidades y limitaciones e</p>
<p>Al finalizar el ciclo los estudiantes estarán en plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimientos acordes</p>		

		implementar alternativas de solución.	
		con las exigencias de las sesiones prácticas de la clase.	
COMPETENCIAS	COMPONENTES	PROCESOS O NIVELES DE DESARROLLO	EVIDENCIAS
MOTRIZ: Selección de técnicas de movimiento para perfeccionar mi ejecución	Desarrollo motor	Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.
		Desarrollo físico motriz Ubicación tiempo espacio Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.
		Desarrollo físico motriz Realización técnica Interacción social Expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal
	Técnicas del cuerpo	Realización técnica	<ul style="list-style-type: none"> Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y

		Interacción social Expresión corporal Experiencia lúdica y recreativa	motrices.
		Realización técnica Interacción social Experiencia lúdica y recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.
		Realización técnica Interacción social	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizo diferentes herramientas TIC como apoyo en la presentación y registro de composiciones gimnásticas.
		Desarrollo físico motriz Realización técnica Ubicación tiempo espacio	<ul style="list-style-type: none"> • Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.
		Desarrollo físico motriz Realización técnica Ubicación tiempo Espacio Interacción social Experiencia lúdica y Recreativa	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.

		<p>Desarrollo físico motriz</p> <p>Realización técnica</p> <p>Ubicación tiempo espacio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física.
	Lúdica motriz	<p>Realización técnica</p> <p>Ubicación tiempo espacio</p> <p>Interacción social</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego.
		<p>Ubicación tiempo espacio</p> <p>Interacción social</p> <p>Experiencia lúdica y recreativa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.
		<p>Experiencia lúdica y recreativa</p> <p>Realización técnica</p> <p>Ubicación tiempo espacio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.
		<p>Realización técnica</p> <p>Ubicación tiempo Espacio</p> <p>Interacción social</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales

		<p>Interacción social</p> <p>Experiencia lúdica y recreativa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.
		<p>Desarrollo físico motriz</p> <p>Realización técnica</p> <p>Experiencia lúdica y recreativa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.
		<p>Desarrollo físico motriz</p> <p>Realización técnica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.
<p>EVIDENCIAS MÍNIMAS DE DESEMPEÑO</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Seleccione técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física. • Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal. • Perfecciono la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices. • Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa-actividad física, en mi plan de condición física. • Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. • Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales • Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. • Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica. • Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. 	

13.3 ANEXO C TRANSVERSALIZACIÓN CURRICULAR CON LA MEDIA TÉCNICA (en las áreas que corresponde)

**PROGRAMA ARTICULACIÓN SENA CON LA EDUCACIÓN MEDIA
CENTRO TECNOLÓGICO DEL MOBILIARIO
REGIONAL ANTIOQUIA**

Programa Técnico en Asistencia Administrativa

Plan de Estudio IE: ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTES, CULTURA FÍSICA

4. CONTENIDOS CURRICULARES DE LA COMPETENCIA	
4.1 NORMA / UNIDAD DE COMPETENCIA	GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.
4.2 CÓDIGO NORMA DE COMPETENCIA LABORAL	230101507
4.3 NOMBRE DE LA COMPETENCIA	GENERACIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA
4.4 DURACIÓN MÁXIMA ESTIMADA PARA EL LOGRO DEL APRENDIZAJE (Horas)	48 horas
4.5 RESULTADOS DE APRENDIZAJE	
DENOMINACIÓN	
03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.	
01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.	

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E
04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.
4.6 CONOCIMIENTOS
4.6.1 CONOCIMIENTOS DE PROCESO
<ul style="list-style-type: none"> - IDENTIFICAR LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE ANATOMÍA Y FISIOLÓGIA. - APLICA LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE LA MIOLOGÍA HUMANA CON BASE EN EL ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO. - INTERPRETAR LOS FUNDAMENTOS DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE, HIGIENE Y NUTRICIÓN EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL. - ADMINISTRAR UN PLAN DE HIGIENE CORPORAL DENTRO DEL CONTEXTO PRODUCTIVO. - EJECUTAR RUTINAS DE EJERCICIO FÍSICO SEGÚN LAS NECESIDADES DE LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL. - ESTABLECER PAUSAS DE ACUERDO CON CARGAS DE TRABAJO Y TIEMPOS DE ACTIVIDAD FÍSICA PARA UNA RECUPERACIÓN ADECUADA. - IDENTIFICAR LAS TÉCNICAS DE COORDINACIÓN MOTRIZ RELACIONADAS CON SU PERFIL OCUPACIONAL. - SELECCIONAR TÉCNICAS QUE LE PERMITEN POTENCIAR SU CAPACIDAD DE REACCIÓN MENTAL Y MEJORAR SUS DESTREZAS MOTORAS SEGÚN LA NATURALEZA DE SU ENTORNO LABORAL. - APLICAR CONCEPTOS BÁSICOS DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS DE ACUERDO CON LA NATURALEZA DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA. - DISCRIMINAR EJERCICIOS ESPECÍFICOS PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN SU

4.6.2 CONOCIMIENTOS DEL SABER
<ul style="list-style-type: none"> - FUNDAMENTOS DE ANATOMÍA Y FISIOLÓGIA. - CONCEPTOS, CARACTERÍSTICAS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. - CONCEPTOS DE HIGIENE Y SU APLICABILIDAD. - CONCEPTOS DE NUTRICIÓN, BASES FUNDAMENTALES Y PLANES NUTRICIONALES SEGÚN ACTIVIDAD LABORAL. - FUNDAMENTOS DE MIOLOGÍA Y ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO. - DEFINICIÓN, CARACTERÍSTICAS, COMPONENTES Y VENTAJAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA. - DEFINICIÓN, CLASES, CONDICIÓN, TIEMPOS DE APLICACIÓN, BENEFICIOS DEL EJERCICIO FÍSICO. - CONCEPTUALIZACIÓN Y USO DE LA FICHA ANTROPOMÉTRICA. - CARACTERÍSTICAS DE LA FRECUENCIA CARDIACA. - DEFINICIÓN, CLASES Y CARACTERÍSTICAS DE LOS TEST FÍSICO ATLÉTICOS. - DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO. - APLICACIÓN DE SERIES, REPETICIONES Y CARGAS DE TRABAJO EN EL EJERCICIO FÍSICO. - DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE LA DESTREZA MOTORA. - CONCEPTUALIZACIÓN Y CONDICIONANTES DE LA PSICOMOTRICIDAD. - DEFINICIÓN DE MOTRICIDAD Y SU CLASIFICACIÓN, BENEFICIOS. - APLICABILIDAD DE LA ERGONOMÍA Y LA ACTIVIDAD FÍSICA. - POSTURAS, CLASIFICACIÓN, MANEJO DE CARGAS Y PLANES POSTURALES - REHABILITACIÓN Y PLAN DE TRABAJO. - PAUSAS ACTIVAS, CONCEPTOS Y PRÁCTICAS.

4.7 CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- IDENTIFICA LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE ANATOMÍA Y FISIOLÓGIA.
- APLICA LOS CONCEPTOS BÁSICOS DE LA MIOLOGÍA HUMANA CON BASE EN EL ANÁLISIS DEL MOVIMIENTO.
- INTERPRETA LOS FUNDAMENTOS DE ESTILO DE VIDA SALUDABLE, HIGIENE Y NUTRICIÓN EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.
- ADMINISTRA UN PLAN DE HIGIENE CORPORAL DENTRO DEL CONTEXTO PRODUCTIVO.
- EJECUTA RUTINAS DE EJERCICIO FÍSICO SEGÚN LAS NECESIDADES DE LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL.

RECUPERACIÓN ADECUADA.

- IDENTIFICA LAS TÉCNICAS DE COORDINACIÓN MOTRIZ RELACIONADAS CON SU PERFIL OCUPACIONAL.
- SELECCIONA TÉCNICAS QUE LE PERMITEN POTENCIAR SU CAPACIDAD DE REACCIÓN MENTAL Y MEJORAR SUS DESTREZAS MOTORAS SEGÚN LA NATURALEZA DE SU ENTORNO LABORAL.
- APLICA CONCEPTOS BÁSICOS DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS DE ACUERDO CON LA NATURALEZA DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.
- DISCRIMINA EJERCICIOS ESPECÍFICOS PARA LA PREVENCIÓN DE RIESGOS ERGONÓMICOS SEGÚN SU ACTIVIDAD LABORAL.
- ESTRUCTURA UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN CONTEXTO LABORAL

13.4 ANEXO D CONTROL DE AJUSTES AL DISEÑO Y CONSECUENCIAS POTENCIALES DE FALLAR EN PRODUCTOS Y SERVICIOS.

GRADO	DOCENTE RESPONSABLE (NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS)	AJUSTES REALIZADOS	JUSTIFICACIÓN
1°-	OLGA CADAVID	Se modifica en estándar de tal manera que se focalice el trabajo en las. H. M. B, a la vez que se hacen ajustes en la redacción en el periodo 1 y 2	Aplicación de directriz institucional sobre la estructura, forma de redacción y ajustes de desempeños y evidencias de desempeño
2°		R Se modifica en estándar de tal manera que se focalice el trabajo en las. H. M. B, a la vez que se hacen ajustes en la redacción en el periodo 1 y 2	Aplicación de directriz institucional sobre la estructura, forma de redacción y ajuste de desempeños y evidencias de desempeño que evidencien el desarrollo de competencias.
3°	OLGA CADAVID	Revisión y corrección de redacción en desempeños y evidencias de desempeño. componente de condición física: Reconozca algunas lesiones deportivas	Aplicación de directriz institucional sobre la estructura, forma de redacción e inclusión de desempeños y evidencias de desempeño que evidencien el desarrollo motor. Para complementar el aprendizaje de los cambios fisiológicos en el ciclo.
4°	OLGA CADAVID	Se adapta la evidencia de desempeño para fortalecer los juegos predeportivos. Se adapta la evidencia de desempeño para enfatizar en las capacidades físicas a través del juego y actividades lúdico deportivos	Aplicación de directriz institucional sobre la estructura, forma de redacción e inclusión de desempeños y evidencias de desempeño

	OLGA CADAVID	Se adapta el estándar y la evidencia de desempeño para fortalecer los deportes de conjunto.	
--	---------------------	---	--

<p>6° y 7°</p>	<p>DUVÁN SEPÚLVEDA</p>	<p>Se modifica los componentes a desarrollar del tercer periodo del grado 6° con el fin de profundizar en las actividades lúdico deportivas y deportes de conjunto</p> <p>Se modifica la evidencia de desempeño del segundo periodo del grado 7° con el fin de profundizar en la valoración física e infidencia en el sistema respiratorio</p>	<p>Aplicación de directriz institucional en el cambio del diseño curricular para el 2024</p>
<p>8° Y 9°</p>	<p>DUVÁN SEPÚLVEDA</p>	<p>Se realiza revisión y ajuste de redacción, al igual de que realiza valoración del marco teórico con el fin de observar la actualización de los componentes a desarrollar.</p>	<p>Aplicación de directriz institucional en el cambio del diseño curricular para el 2024</p>

10° Y 11°		<p>Estructuración del documento con todos los elementos señalados en la directriz institucional para el diseño curricular.</p> <p>Redacción e Identificación evidencias transversales a proyectos, cátedras y estrategias.</p>	<p>Aplicación de directriz institucional en el cambio del diseño curricular para el 2024</p>
<p>EN CASO DE NO PODER CUMPLIR CON EL PLAN DE ÁREA</p>		<p>Se reporta en el formato de novedades período a período, a la coordinación académica de los ajustes o modificaciones que haya tenido que hacerse en el plan de área, en un grado, o grupo, por razones de contexto, ajustes de forma inadecuados, necesidades de los</p>	

	estudiantes, incoherencias que no se hayan percibido al ajustar. Cambios de ley o directrices directivas.
--	--