

INSTITUCIÓN EDUCATIVA FE Y ALEGRÍA EL LIMONAR

PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE

“LA CREATIVIDAD ES LA INTELIGENCIA DIVIRTIENDOSE”

Albert Einstein

TABALA CONTENIDO

- 1. Justificación**
- 2. Marco legal**
- 3. Epistemología del área**
- 4. Objetivo generales**
 - 4.1 del área**
 - 4.2 por ciclos**
 - 4.3 por grado**
- 5. mallas curriculares**
 - 5.1 primero**
 - 5.2 segundo**
 - 5.3 tercero**
 - 5.4 cuarto**
 - 5.5 quinto**
 - 5.6 sexto**
 - 5.7 septimo**
 - 5.8 octavo**
 - 5.9 noveno**
 - 5.10 decimo**
 - 5.11 oncee**
- 6. Metodología**
- 7. Recursos**
- 8. Evaluación**
- 9. Bibiografia**

1. JUSTIFICACIÓN

Desde el área de educación física, recreación y deporte, es necesario encaminar a los estudiantes a la vivencia de valores y de su crecimiento personal e integral, desde la creación de nuevas formas de expresión y de aprovechamiento del tiempo libre, que les permita dinamizar su hacer y su ser, utilizando su cuerpo como medio de manifestación de ideas, pensamientos, sentimientos, de forma espontánea.

Se presenta esta dinámica de trabajo, buscando orientar y canalizar todas las formas de expresión creativa, el desarrollo del pensamiento, la resolución de problemas y la innovación de diferentes formas de utilización y desarrollo de sus capacidades y habilidades, esto permitirá que el estudiante se exprese de acuerdo a su propio idioma, a sus cualidades y gustos.

Teniendo en cuenta que la recreación, la actividad física y el deporte, son parte vital de nuestro diario vivir, se considera valioso la promoción y el interés por las diversas actividades que crean valores desde la expresión corporal. El potencial humano se inscribe en contexto cultural, social y recreativo e influye en las vivencias de sus integrantes, en un trabajo en conjunto desde la participación, de toda la comunidad educativa y ésta debe ser eficiente y efectiva.

La educación física, la recreación, el deporte y el aprovechamiento del tiempo libre, como espacio científico, estudian el movimiento humano para contribuir a la formación, capacidad y mejoramiento integral del individuo, considerando como una unidad funcional que comprende aspectos de desarrollo motor, físicos, de pensamiento, personalidad e interacción social, para que se desempeñe efectivamente en su medio.

2. MARCO LEGAL

LEY 80 DE 1925 Y CONSOLIDACIÓN DE UNA EDUCACIÓN FÍSICA COMO POLÍTICA DE ESTADO La expedición de la Ley 80 de 1925 por el Congreso de la República recoge, en una etapa de cambio en las fuerzas productivas y aceleración del crecimiento urbano, los intereses crecientes en sectores educativos y sociales de atender las necesidades de fomento de la Educación Física a través de una política más especializada dirigida desde el Estado.

Nos fundamentamos en los fines de la educación de acuerdo con la Ley General de Educación (Ley 115). En ella se estimula la formación de actitudes y hábitos que favorezcan la conservación de la salud física y mental de las personas y el uso racional del tiempo.

“Para definir la fundamentalidad del derecho al deporte desde la teoría del Derecho Constitucional, se hizo necesario analizar la jurisprudencia de la Corte Constitucional, que complementa e interpreta la carta magna, buscando la esencia o mínimo protegible por el Estado. El deporte, consagrado como derecho social, ha sido protegido excepcionalmente como derecho fundamental por conexidad a otros derechos fundamentales, ahora con el reconocimiento constitucional como gasto público social; este derecho asciende de categoría, en cuanto es considerado una condición esencial para dignificar la vida de las personas, contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y es catalogado como indicador de desarrollo social y humano; estas son las razones por la cual su inversión es prioritaria, al igual que la satisfacción Estatal de otras necesidades esenciales, y por tanto podría hablarse del deporte, la recreación y la Educación Física como derecho fundamental sólo en estos términos. La confirmación del carácter de derecho fundamental, es un criterio básico para determinar la legitimidad de los actos y decisiones de los entes públicos y privados, y definir con claridad la orientación de las políticas públicas en este sector, estableciendo válidamente sus principios inspiradores, los entes responsables, las estrategias de acción y las herramientas para protegerlos, al igual que exige un desarrollo de Ley ajustado a los preceptos constitucionales actuales, que plantean una orientación hacia el desarrollo social, a través de sus manifestaciones expresadas hacia fines educativos y de salud, marco constitucional que no se ve reflejada en la actual Ley del Deporte (Ley 181 de 1995).”

<http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/039-deportederecho.pdf>

3. EPISTEMOLOGIA DEL AREA.

Los lineamientos curriculares aportan elementos conceptuales para constituir el núcleo Común del currículo de todas las instituciones educativas, fundamentar los desarrollos educativos hacia los cuales pueden avanzar y generar cambios culturales y sociales. (Resolución 2343 de 1996)

De acuerdo a los Lineamientos curriculares, del área de educación física, de la Institución Fe y Alegría El limonar, Y teniendo en cuenta que la población es itinerante, por sus diferentes historias de vida, la educación física es una herramienta importante en cualquier tipo de sociedad, por ser esta una comunidad intercultural, y considerando que el modelo pedagógico es el (social), se intenciona la educación física, la recreación y el deporte, hacia una reivindicación del ser humano desde su corporalidad y corporeidad, como ser sociable, donde la práctica deportiva, la educación física y la recreación, tienen una aceptación importante por parte de los niños, niñas adolescentes y todas las personas que hacen parte de estas prácticas y que de una u otra manera es una elección de vida. Es un motivo para estar y compartir con los otros y con las otras, para reafirmarse a sí mismos, esta práctica es generadora de comportamientos y hábitos colectivos, y una opción para ser felices.

La educación Física pretende la construcción de un sujeto integral el cual pueda ser útil a la sociedad, para transformarla desde su propia experiencia y desde su entorno.

Freire propone que el sujeto comprenda su contexto y de esta manera pueda aportar nuevas vivencias a través de un currículo coherente al medio al que pertenece.

El área de educación física es una posibilidad de brindar una práctica coherente con nuestro modelo pedagógico social, donde los niños, niñas y adolescentes de la Institución, estén inmersos en el universo de lo corporal, donde lo aprendido pase por el cuerpo y transforme sus vidas, como un valor social, donde el movimiento haga parte de la construcción y transformación de su entorno, para el bien común, ya que la cultura de lo corporal debe ir en sintonía con una práctica social más justa y equitativa.

4. OBJETIVOS GENERALES

4.1 Aportar al proceso educativo, por medio de la Educación física la recreación y el deporte, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del cuerpo como territorio donde se pueden escribir otras historias que construyan un sujeto integral.

4.2 OBJETIVOS POR CICLO

CICLO 1:

Al finalizar el ciclo uno, los estudiantes de los grados Primero, Segundo y tercero, De la Institución Educativa Fe y Alegría El Limonar, estarán en capacidad de reconocer la Educación Física como un área que le permite un mejor estado físico, desarrollo motriz, fortaleciendo los valores de convivencia, respeto, tolerancia y trabajo en equipo; todo lo anterior sustentado en juegos dirigidos.

CICLO 2:

Al culminar el ciclo dos los estudiantes estarán en capacidad de practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.

CICLO 3:

Al finalizar el ciclo 3 (6° y 7°) los estudiantes estarán en capacidad de tener conciencia de crecimiento personal, que la lleve al aprovechamiento útil del tiempo libre, el desarrollo del pensamiento y de habilidades creativas y al mejoramiento de su coordinación motriz, en pro de un desenvolvimiento integral de su SER y su HACER

CICLO 4:

Contribuir a los estudiantes unos procesos formativos del ser humano la organización de 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.

CICLO 5:

Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la actividad física, la dinámica de cambio, de participación y organización de materiales, espacios físicos, tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo del ser humano.

4.3 OBJETIVOS POR GRADO.

GRADO PRIMERO:

- **Propiciar en el estudiante el conocimiento y valoración de su cuerpo a través de la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices para un desenvolvimiento autónomo en su entorno.**
- **Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.**
- **Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal.**
- **Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.**

GRADO SEGUNDO:

- **Estimular en el estudiante una utilización adecuada de habilidades motrices y físicas a través de actividades lúdico-recreativas para favorecer el proceso de maduración y auto cuidado**
- **Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.**
- **Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.**
- **Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.**

GRADO TERCERO

- **Estimular en el estudiante una adecuada utilización de las capacidades coordinativas, a través de juegos y ejercicios, para establecer relaciones equilibradas y constructivas consigo mismo y con los demás.**
- **Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.**
- **Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.**
- **Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.**

GRADO CUARTO

Practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.

- **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.**

GRADO QUINTO

Practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.

- **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.**

GRADO SEXTO

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

GRADO SEPTIMO

- **Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.**
- **Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.**
- **Entender la importancia práctica física en la formación personal como hábito de vida saludable individual y social.**

GRADO OCTAVO

- **Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.**
- **Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.**
- **Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.**

GRADO NOVENO

- **Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.**
- **Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.**
- **Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.**

GRADO DECIMO

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

- **Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.**
- **Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.**

GRADO UNDECIMO

- **Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar.**
- **Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros.**
- **Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.**

5. MALLAS CURRICULARES

ESTÁNDARES – OBJETIVOS - CONTENIDOS – INDICADORES

5.1 Grado 1° Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Propiciar en el estudiante el conocimiento y valoración de su cuerpo a través de la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices para un desenvolvimiento autónomo en su entorno			
Estándar de competencia del periodo:			
Competencia propia del área por periodo(motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje:			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	. Busco posibilidades de movimiento con mi cuerpo a nivel global y segmentario. Exploro formas básicas de movimiento en conexión con pequeños elementos y sin ellos.	Manifiesto expresiones corporales y gestuales para comunicar mis emociones (Tristeza, alegría e ira, entre otras) en situaciones de juego y otras opciones de actividad física.	Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de las actividades.
Indicadores por competencia	Ejecutar las posibilidades de movimiento a nivel global y segmental.	Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a través del juego y actividad física.	Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo, antes, durante y después de la actividad física.

Metodología:

. Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación:

Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas.

Trabajos entregados y hechos en clase.

Periodo: 2

<ul style="list-style-type: none"> • Objetivo general por grado: Propiciar en el estudiante el conocimiento y valoración de su cuerpo a través de la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices para un desenvolvimiento autónomo en su entorno. • 			
Estándar de competencia del periodo:			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales.	Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea.	Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros y compañeras del aula.
Indicadores por competencia	Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase	Ejecuta las actividades propuestas de pre-danza a partir de rondas y canciones.	Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización.			

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: : Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Periodo 3

<p>Objetivo general por grado: Propiciar en el estudiante el conocimiento y valoración de su cuerpo a través de la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices para un desenvolvimiento autónomo en su entorno</p>			
<p>Estándar de competencia del periodo: Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico cotidianamente a través de juegos y ejercicios en mi contexto. Participo y disfruto de las actividades recreativas y deportivas. Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo de acuerdo a la fase de mi desarrollo.</p>			
<p>Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)</p>			
<p>Derecho básico de aprendizaje</p>			
	<p>CONCEPTUAL Saber Conocer</p>	<p>PROCEDIMENTAL Saber Hacer</p>	<p>ACTITUDINAL Saber Ser</p>
<p>Contenido por competencia</p>	<p>Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas.</p>	<p>Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales</p>	<p>Manifiesta agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con mi edad y desarrollo.</p>
<p>Indicadores por competencia</p>	<p>Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio.</p>	<p>Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.</p>	<p>Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo.</p>
<p>Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias</p>			

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase

Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.

Periodo 4

Objetivo general por grado: Propiciar en el estudiante el conocimiento y valoración de su cuerpo a través de la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices para un desenvolvimiento autónomo en su entorno

Estándar de competencia del periodo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Realizo juegos y actividades propuestas que posibilitan la expresión de mis habilidades físicas. Juego y desarrollo mis actividades siguiendo las orientaciones que se me dan.	Reconozco mis propios gestos y los de mis compañeros a través de representaciones corporales, bailes y juegos en parejas y pequeños grupos.	Identifico mis capacidades y reconozco la de mis compañeros. Valoro el esfuerzo individual y grupal de la actividad realizada.
Indicadores por competencia	Compara e identifica las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en la clase.	Propone gestos dancísticos y prácticas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo.	Se divierte y participa reconociendo y aplicando las condiciones de las actividades, al realizar las prácticas planteadas.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Presentación del uniforme

Trabajo práctico en cada una de las clases.

Una evaluación por periodo tipo saber.

5.2 Grado 2° Período 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Estimular en el estudiante una utilización adecuada de habilidades motrices y físicas a través de actividades lúdico-recreativas para favorecer el proceso de maduración y auto cuidado			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Descubro posibilidades de movimiento siguiendo diversos ritmos musicales.</p> <p>Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.</p>	Vivencio y comprendo los sentimientos que genera las prácticas de danza y ritmo propuesto y espontaneo.	Atiendo y cumpla las orientaciones sobre los tiempos para el juego y realizar actividad física.
Indicadores por competencia	Relaciona las posibilidades de movimiento de ritmo y actividad física a partir de juegos y rondas.	Realiza y origina movimientos siguiendo diferentes ritmos.	Realiza hábitos de higiene postural y espacial al realizar las actividades físicas.
<p>Metodología: Conciencia y actividad Sistematización.</p> <p>Aumento gradual de las exigencias</p> <p>Atención individual y colectiva.</p> <p>Fomento de la creatividad.</p> <p>Socialización.</p>			

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas.

Trabajos entregados y hechos en clase

Periodo 2

Objetivo general por grado: Estimular en el estudiante una utilización adecuada de habilidades motrices y físicas a través de actividades lúdico-recreativas para favorecer el proceso de maduración y auto cuidado			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad de clase y la recuperación al finalizar la actividad física. Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.	Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y el de los demás.	Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros.
Indicadores por competencia	Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza actividad física.	Desarrolla diferentes juegos y actividades rítmicas reconociendo las posibilidades de su cuerpo.	Respeto el desempeño en los juegos de sus compañeros.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización.			

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Periodo 3

Objetivo general por grado: Estimular en el estudiante una utilización adecuada de habilidades motrices y físicas a través de actividades lúdico-recreativas para favorecer el proceso de maduración y auto cuidado			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales.	Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades. Identifico variaciones en mi respiración y sistema cardiaco en diferentes actividades físicas.	Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física.
Indicadores por competencia	Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de los compañeros a través del juego individual y grupal	Experimenta y pone en práctica las posibilidades de conocer y sentir las variaciones en su respiración, sudoración y latido cardiaco a partir de diferentes prácticas corporales.	Respeto y reconoce las diferencias presentadas entre los diferentes estudiantes del grupo.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva.			

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase

Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.

Periodo 4

Objetivo general por grado: Estimular en el estudiante una utilización adecuada de habilidades motrices y físicas a través de actividades lúdico-recreativas para favorecer el proceso de maduración y auto cuidado

Estándar de competencia del periodo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Aplico orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene durante el desarrollo de la actividad física. Participo en juegos de acuerdo con mis preferencias y posibilidades del contexto escolar.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Respeto el cuerpo y los espacios físicos de mis compañeros.	Atiendo las indicaciones del profesor y ejecuto las actividades de acuerdo a ellas.
Indicadores por competencia	Reconoce los hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego.	Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.	Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Presentación del uniforme

Trabajo práctico en cada una de las clases.

Una evaluación por periodo tipo saber.

5.3 Grado 3° Período 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

<ul style="list-style-type: none"> • Objetivo general por grado: Estimular en el estudiante una adecuada utilización de las capacidades coordinativas, a través de juegos y ejercicios, para establecer relaciones equilibradas y constructivas consigo mismo y con los demás. 			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas.</p> <p>Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.</p>	<p>Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.</p>	<p>Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.</p>
Indicadores por competencia	<p>Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.</p>	<p>Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.</p>	<p>Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.</p>
<p>Metodología: Conciencia y actividad Sistematización.</p> <p>Aumento gradual de las exigencias</p> <p>Atención individual y colectiva.</p> <p>Fomento de la creatividad.</p>			

Socialización. Conciencia ecológica y social.
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.
Evaluación: Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas. Trabajos entregados y hechos en clase.

Periodo 2

- **Objetivo general por grado:** Estimular en el estudiante una adecuada utilización de las capacidades coordinativas, a través de juegos y ejercicios, para establecer relaciones equilibradas y constructivas consigo mismo y con los demás.

Estándar de competencia del periodo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición, higiene y convivencia para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Exploro y coordino las posibilidades de mis movimientos con diferentes situaciones de la clase.	Manifiesto interés por la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.
Indicadores por competencia	Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.	Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Periodo 3

- **Objetivo general por grado:** Estimular en el estudiante una adecuada utilización de las capacidades coordinativas, a través de juegos y ejercicios, para establecer relaciones equilibradas y constructivas consigo mismo y con los demás.

Estándar de competencia del periodo:

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.	Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo.	Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me esfuerzo en la actividad física.
Indicadores por competencia	Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo.	Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juego y de la vida.	Valora los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase

Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.

Periodo 4

- **Objetivo general por grado:** Estimular en el estudiante una adecuada utilización de las capacidades coordinativas, a través de juegos y ejercicios, para establecer relaciones equilibradas y constructivas consigo mismo y con los demás.

Estándar de competencia del periodo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física. Comparto mis cambios y mejoras de los gestos motrices y fisiológicos con mis compañeros de clase.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Hago seguimiento a los cambios corporales y fisiológicos de mi cuerpo.	Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios y apporto al trabajo de mis compañeros de clase.
Indicadores por competencia	Conoce los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos y actividad física y en las partes del cuerpo que logra identificarlos.	Realiza formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.	Respeto las normas establecidas en la realización de juegos.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Presentación del uniforme

Trabajo práctico en cada una de las clases.

Una evaluación por periodo tipo saber.

5.4 Grado 4° Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</p> <p>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</p> <p>Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</p> <p>Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.</p>	<p>Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p>
Indicadores por competencia	Reconoce movimientos	Ejecuta movimientos técnicos	Valoro la importancia de la

	técnicos de diferentes prácticas deportivas.	de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego.	actividad física para la salud.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social.			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas. Trabajos entregados y hechos en clase.			

Periodo 2

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.</p> <p>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</p> <p>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p>	<p>Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.</p>	<p>Decido mí tiempo de juego y actividad física.</p>
Indicadores por competencia	<p>Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos</p>	<p>Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros.</p>	<p>Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y</p>

	y danzas.		danzas.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social.			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: : Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad			

Periodo 3

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.</p> <p>Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.</p>	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.
Indicadores por competencia	Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas	Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

	corporales,		
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social.			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.			

Periodo 4

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal.</p>	<p>Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</p>
Indicadores por competencia	<p>Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices</p>	<p>Propone momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo.</p>

	individuales y de grupo.		
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social.			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Presentación del uniforme Trabajo práctico en cada una de las clases. Una evaluación por periodo tipo saber.			

5.5 Grado 5° Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.</p> <p>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</p> <p>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p>	<p>Identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.</p>	<p>Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.</p>
Indicadores por competencia	<p>Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.</p>	<p>Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.</p>	<p>Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.</p>

**Metodología: Conciencia y actividad
Sistematización.**

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas.

Trabajos entregados y hechos en clase.

Periodo 2

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.			
Estándar de competencia del periodo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo. Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.	Reconozco e implemento movimientos y decisiones de juego y actividad física.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales.
Indicadores por competencia	Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Periodo 3

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.

Estándar de competencia del periodo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella.</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.</p>	<p>Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente.</p>
Indicadores por competencia	<p>Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.</p>	<p>Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las</p>	<p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.</p>

		diferentes prácticas motrices.	
Metodología: Conciencia y actividad			
Sistematización.			
Aumento gradual de las exigencias			
Atención individual y colectiva.			
Fomento de la creatividad.			
Socialización.			
Conciencia ecológica y social.			
Recursos: Talento humano.			
Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.			
Implementos deportivos.			
Infraestructura.			
Evaluación: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase			
Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.			

Periodo 4

Objetivo general por grado: practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.

Estándar de competencia del periodo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCEDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad. Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.	Identifico como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado; y de esta manera como afecto la relación con los demás.	Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y su aporte para mi salud.
Indicadores por competencia	Reconoce el estado de su condición física y su relación con su estado emocional.	Participa de forma activa en las diferentes expresiones motrices mejorando la interacción con los demás.	Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Presentación del uniforme

Trabajo práctico en cada una de las clases.

Una evaluación por periodo tipo saber.

5.6 Grado 6°

Periodo uno

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.			
Estándar de competencia del periodo: Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos. Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas. Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida
Indicadores por competencia	Identifi ca las diferentes pruebas que le permi- ten conocer su condición y respuesta física y social.	Conoce los resultados de las pruebas físicas y de convivencia y se apropia de ellas para de- sarrollar acciones que aporten a su	Valida la actividad física como forma de asu- mir estilos de vida saludables

		calidad de vida.	
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

Periodo 2**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos. Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.			
Estándar de competencia del periodo: Afianzo los patrones básicos de movimiento, mediante el ejercicio, los juegos y el deporte			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Ejecuto espontáneamente mis movimientos corporales y gestuales en las condiciones espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización. Comprendo y reconozco los conceptos de mis capacidades físicas, que me permiten elegir y participar en actividades y juegos que las ponen en práctica.	Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida.
Indicadores por competencia	Describe coherentemente algunas acciones motrices básicas.	Ejecuta y explora acciones motrices predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas.	Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.
Metodología: Conciencia y actividad			

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico práctico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo tres

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.			
Estándar de competencia del periodo: Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Realizo secuencias de movimiento individual y en parejas, con duración y cadencia preestablecidas.</p> <p>Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual.</p> <p>Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física.</p> <p>Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.</p>	<p>Ajusto mis movimientos al de mis compañeros y al ritmo de la música.</p> <p>Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo.</p>	<p>Identifico mis posibilidades de expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social.</p>

	Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.		
Indicadores por competencia	Comprende la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad.	Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados.	Comparto mi disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales. Asumo compromisos de grupo, que propicie mejores ambientes de aprendizaje.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

Periodo 4

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Ejecutar las técnicas propias de cada deporte en diversas situaciones y contextos.
 Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.

Estándar de competencia del periodo: Identifico y aplico elementos relacionados con la coordinación y el equilibrio, que contribuyen a mejorar mi salud y la de la sociedad
 Comprendo y aplico hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Comprendo los efectos fisiológicos que mejoran mi condición física y salud corporal y mental.</p> <p>Identifico la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.</p> <p>Relaciono la práctica de la actividad física, las expresiones corporales y los hábitos de vida saludables.</p>	<p>Participo propositivamente en actividades de clase.</p> <p>Manifiesto la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes.</p>	<p>Identifico mis fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable.</p> <p>Oriento favorablemente la práctica de mi aseo personal, con agrado y de manera natural, expresado mis beneficios y considerando la apreciación de mis compañeros.</p>
Indicadores por competencia	Relaciona la actividad física y	Pone en práctica las normas	Muestra interés en la

	deportiva como un recurso para adquirir hábitos de vida saludables.	básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte.	adquisición de hábitos y prácticas de higiene corporal, mental y social.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico práctico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

5.7 Grado Séptimo

Periodo Uno

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.			
Estándar de competencia del periodo: Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos.</p> <p>Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices.</p> <p>Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad.</p> <p>Participo en la aplicación de</p>	<p>Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute</p>	<p>Comprendo la importancia de utilizar mí tiempo en la práctica de la actividad física y el juego; como una manera de fortalecer mi autoestima, disciplina e incorporar estilos de vida saludables.</p>

	pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices.		
Indicadores por competencia	Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia deportiva, rítmica y artística.	Ejecuta sistemáticamente acciones gimnásticas como hábito de vida saludable.	Disfruta, motiva y posibilita la realización de actividades gimnásticas de manera individual y del grupo.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

Periodo 2**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.			
Estándar de competencia del periodo: Manifiesto sentimientos de respeto y afecto hacia los compañeros y las compañeras, valorando su creatividad y opinión en las actividades y los juegos			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.</p> <p>Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos.</p> <p>Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo.</p>	<p>Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música.</p> <p>Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones al grupo.</p>	<p>Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas.</p>
Indicadores por competencia	Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo.	Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales.	Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo musical.
Metodología: Conciencia y actividad			

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico práctico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 3

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.

Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.

Estándar de competencia del periodo: Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	<p>Realizo actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas.</p> <p>Ejecuto actividades teniendo en cuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardiorrespiratorio.</p> <p>Relaciono como la práctica de la actividad física mejora las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos.</p>	<p>Participo en las propuestas de juego y actividad física dentro de la clase.</p> <p>Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos.</p> <p>Soy consciente de los resultados de mi atención y concentración durante otras clases en el aula.</p>	<p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.</p>
Indicadores por competencia	Reconoce los cambios y	Ejecuta actividades físicas	Valora la práctica de la

	<p>desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.</p> <p>Entiende las funciones de los sistemas cardiaco, respiratorio, esquelético y muscular.</p>	<p>identificando los cambios y beneficios para su salud.</p> <p>Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.</p>	<p>actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.</p>
<p>Metodología: Conciencia y actividad Sistematización.</p> <p>Aumento gradual de las exigencias</p> <p>Atención individual y colectiva.</p> <p>Fomento de la creatividad.</p> <p>Socialización.</p> <p>Conciencia ecológica y social.</p> <p>Teórico practico</p>			
<p>Recursos: Talento humano.</p> <p>Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.</p> <p>Implementos deportivos.</p> <p>Infraestructura.</p>			
<p>Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase</p> <p>Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad</p> <p>Trabajos escritos y /o consultas</p>			

Periodo 4

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

<ul style="list-style-type: none"> • Objetivo general por grado: Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social. 			
<p>Estándar de competencia del periodo: Comprendo el significado y el sentido de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo</p>			
<p>Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)</p>			
<p>Derecho básico de aprendizaje</p>			
	<p>CONCEPTUAL Saber Conocer</p>	<p>PROCIDIMENTAL Saber Hacer</p>	<p>ACTITUDINAL Saber Ser</p>
<p>Contenido por competencia</p>	<p>Practico actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p> <p>Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</p> <p>Respeto los espacios empleados por mis compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Practico actividades y comparto con mis compañeros, adaptando los espacios que la institución me ofrece</p>	<p>Relaciono mis emociones en concordancia con las situaciones de juego y los espacios dispuestos para su práctica.</p> <p>Tengo en cuenta las disposiciones espaciales y las comparto con facilidad y gusto.</p>	<p>Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.</p>
<p>Indicadores por competencia</p>	<p>Identifica con claridad las</p>	<p>Práctica y participa de las</p>	<p>Asume de forma eficiente el</p>

	actividades que se adaptan a diferentes espacios y condiciones ofrecidas para la práctica motriz.	diversas actividades, conservando el manejo espacial.	respeto, el cuidado de los espacios y el compartir con sus compañeros.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

5.8 Grado 8

Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.			
Estándar de competencia del periodo: Realizo juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas motrices que contribuyen al mejoramiento de mi salud			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional. Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas. Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas.	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.	Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social.

	Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.		
Indicadores por competencia	Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico.	Practica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar.	Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico práctico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

Periodo 2**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.			
Estándar de competencia del periodo: Vivencio y propongo esquemas motrices a partir de diferentes ritmos y acompañamiento musical			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Selecciono movimientos que generen amplitud, destreza y autonomía de movimientos. Ejecuto movimientos en concordancia con ritmos y objetos seleccionados. Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.	Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente.	Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.
Indicadores por competencia	Consulta y argumenta temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices.	Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.	Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social.

**Metodología: Conciencia y actividad
Sistematización.**

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico práctico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 3**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.			
Estándar de competencia del periodo: Reconozco que la práctica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético. Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego. Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.	Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo.	Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.
Indicadores por competencia	Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.	Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.	Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase.
Metodología: Conciencia y actividad			

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico practico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 4**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución. Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.			
Estándar de competencia del periodo: Percibo e identifico los cambios que produce la actividad física en el organismo, desde lo propioceptivo, interoceptivo y exteroceptivo, que me permitan la regulación de la práctica de las expresiones motrices			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Realizo pruebas que dan cuenta de mis condiciones musculo–esqueléticas. Participo de acciones estratégicas de juego en equipo y grupo. Ejecuto durante el juego acciones técnicas practicadas en clase..	Ejecuto acciones estratégicas y las relaciono con los resultados de la práctica. Realizo acciones que permitan la aplicación de aquellas condiciones físicas que benefician los resultados de la actividad.	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello y me esfuerzo para mejorarlas.
Indicadores por competencia	Identifica su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.	Propone actividades físicas que ayuden a mejorar su condición física.	Cumple de forma eficiente y oportuna y disfruta de las actividades asignadas en clase.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias			

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico práctico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

5.9 Grado 9°

Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.			
Estándar de competencia del periodo: Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Relaciona coherentemente las prácticas motrices y las capacidades individuales necesarias para su destreza. Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas.	Vivencia diferentes manifestaciones y sensaciones motrices, en diversas actividades y condiciones de juego.	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.
Indicadores por competencia	Relaciona coherentemente las prácticas motrices y las capacidades individuales necesarias para su destreza.	Vivencia diferentes manifestaciones y sensaciones motrices, en diversas actividades y condiciones de juego.	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización.			

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico practico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 2**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.			
Estándar de competencia del periodo: Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludables.	Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales. Hace seguimiento y es consciente de los cambios corporales y de la personalidad, obtenidos a través de la práctica seleccionada.	Muestra interés por establecer ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.
Indicadores por competencia	Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida. Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre.	Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.	Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.

	<p>Establezco relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades de juego.</p>		
<p>Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico</p>			
<p>Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.</p>			
<p>Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas</p>			

Periodo 3**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.			
Estándar de competencia del periodo: Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Se apropia de las nociones conceptuales básicas y los principios para la planificación y ejecución de una actividad física adecuada para las condiciones del sujeto y el colectivo.	Planifica ca y participa con sus compañeros actividades motrices básicas y complejas.	Aprécia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.
Indicadores por competencia	Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos y gestos que pueden generar dificultades en el grupo. Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.	Selecciono actividades que me generen goce y lúdica en mi tiempo de ocio Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.	Reconozco las condiciones y valores propias y del grupo y las resalto en los escenarios de juego.
Metodología: Conciencia y actividad			

<p>Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico</p>
<p>Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.</p>
<p>Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas</p>

Periodo 4 INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.			
Estándar de competencia del periodo: Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser

Contenido por competencia	Identificó las formas de la promoción de la salud, postura e higiene corporal.	Realiza con eficiencia y agrado las actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable y calidad de vida.	Es referente ante el grupo por la práctica regulada y cotidiana de actividad física, orden, aseo y alimentación saludable.
Indicadores por competencia	<p>Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.</p> <p>Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas en buenas condiciones de seguridad.</p> <p>Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.</p> <p>Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.</p>	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.	Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.
<p>Metodología: Conciencia y actividad</p> <p>Sistematización.</p> <p>Aumento gradual de las exigencias</p> <p>Atención individual y colectiva.</p> <p>Fomento de la creatividad.</p> <p>Socialización.</p> <p>Conciencia ecológica y social.</p> <p>Teórico practico</p>			

Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas

5.10 Grado 10°

Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.			
Estándar de competencia del periodo: Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.	Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.	Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.
Indicadores por competencia	Selecciono técnicas de	Oriento el uso de técnicas de	Organizo mi plan de actividad

	<p>movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo.</p> <p>Practico actividades físicas individuales y colectivas, bajo diferentes condiciones del contexto: presión – tranquilidad, ruido – silencio, consideración.</p> <p>Ajusto mis movimientos y emociones buscando el equilibrio y bienestar, propiciando relaciones interiores y con el otro de valores y ética.</p>	<p>expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.</p>
<p>Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico</p>			
<p>Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos.</p>			

Infraestructura.
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase
Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad
Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 2 INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.			
Estándar de competencia del periodo: Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Identifica los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre.	Aporta en la construcción y cumplimiento de la norma en la realización de actividades recreativas, contribuyendo al uso adecuado del tiempo libre.	Asume los juegos como un espacio para la recreación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.
Indicadores por competencia	Participo en las actividades físicas propuestas por la institución. Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución.	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.

	Participo en la planeación y organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.		
Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

Periodo 3**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.			
Estándar de competencia del periodo: Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Identifica las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.	Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.	Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales saludables.
Indicadores por competencia	Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución. Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.

Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 4 INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.			
Estándar de competencia del periodo: Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser

Contenido por competencia	Identifica la lógica y los intereses de la práctica motriz individual y colectiva.	Aplica en situaciones de juego los fundamentos técnicos y los principios de convivencia.	Fomenta la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes
Indicadores por competencia	<p>Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas específicas.</p> <p>Aplico para mi vida cotidiana tácticas que generen una cultura física y hábitos saludables.</p> <p>Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.</p>	Construyo y planifico acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.	Comprendo la importancia de construir en colectivo los elementos que hacen parte del bienestar de la institución y de la sociedad a la cual pertenezco.
<p>Metodología: Conciencia y actividad</p> <p>Sistematización.</p> <p>Aumento gradual de las exigencias</p> <p>Atención individual y colectiva.</p> <p>Fomento de la creatividad.</p> <p>Socialización.</p> <p>Conciencia ecológica y social.</p> <p>Teórico practico</p>			
<p>Recursos: Talento humano.</p> <p>Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.</p> <p>Implementos deportivos.</p> <p>Infraestructura.</p>			

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase
Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad
Trabajos escritos y /o consultas

5.11 Grado 11°

Periodo 1

INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES

Objetivo general por grado: Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar.			
Estándar de competencia del periodo: Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Diferencia los fundamentos y principios de recreación, lúdica ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales.	Propone juegos recreativos, tradicionales y de ritmo, apoyados en condiciones y características específicas.	Adopta una actitud crítica ante las diferentes propuestas de las actividades recreativas.
Indicadores por competencia	Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución. Establezco con los compañeros indicadores que muestren las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos.	Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.

Metodología: Conciencia y actividad Sistematización. Aumento gradual de las exigencias Atención individual y colectiva. Fomento de la creatividad. Socialización. Conciencia ecológica y social. Teórico practico			
Recursos: Talento humano. Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. Implementos deportivos. Infraestructura.			
Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad Trabajos escritos y /o consultas			

Periodo 2**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros.			
Estándar de competencia del periodo: Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludable.	Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.	Progresas en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyectas en su contexto.
Indicadores por competencia	Diseño actividades para desarrollarlas institucionalmente. Preparo presentaciones teórico prácticas, que motiven a la práctica motriz. Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora.	Demuestro con evidencias y resultados la importancia de asumir estilos de vida saludables.	Hago parte de la construcción del proyecto de vida de mis compañeros.
Metodología: Conciencia y actividad			

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico practico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 3**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.

Estándar de competencia del periodo: Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva.

Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)

Derecho básico de aprendizaje

	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.	Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.
Indicadores por competencia	Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva. Establezco parámetros de medición de las manifestaciones y relaciones entre los estudiantes que participan en los encuentros deportivos.	Presento a la institución el registro de los resultados presentados en las actividades deportivas.	Me intereso en presentar propuestas que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.

Metodología: Conciencia y actividad

Sistematización.

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico práctico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

Periodo 4**INTENSIDAD HORARIA 2 HORAS SEMANALES**

Objetivo general por grado: Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.			
Estándar de competencia del periodo: Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida.			
Competencia propia del área por periodo: (motriz – expresiva corporal - axiológico corporal)			
Derecho básico de aprendizaje			
	CONCEPTUAL Saber Conocer	PROCIDIMENTAL Saber Hacer	ACTITUDINAL Saber Ser
Contenido por competencia	Reconoce la promoción de la salud como estrategia para contribuir a la salud colectiva.	Planea y propone actividades motrices que contribuyen al trabajo en grupo y a la proyección del trabajo en comunidad.	Coopera y participa en actividades promocionales de estilos de vida saludable respetando los roles, la individualidad y el género.
Indicadores por competencia	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física – pausa -actividad física, en mi plan de condición física. Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.	Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida.

**Metodología: Conciencia y actividad
Sistematización.**

Aumento gradual de las exigencias

Atención individual y colectiva.

Fomento de la creatividad.

Socialización.

Conciencia ecológica y social.

Teórico práctico

Recursos: Talento humano.

Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.

Implementos deportivos.

Infraestructura.

Evaluación: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase

Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad

Trabajos escritos y /o consultas

6. METODOLOGÍA GENERAL DEL AREA:

El área de educación física se orienta a desarrollar las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionan y aumentan las posibilidades de movimiento de los alumnos/as, a profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y asumir actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. La enseñanza en esta área implica tanto mejorar las posibilidades de acción de los alumnos, como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la acción misma.

La educación a través del cuerpo y el movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos. el cuerpo y el movimiento se constituyen en ejes básicos de la acción educativa en esta área.

la enseñanza de la educación física ha de promover y facilitar que cada alumno y alumna llegue a comprender su propio cuerpo y sus posibilidades y a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas de modo que, en el futuro, pueda escoger las más convenientes para su desarrollo personal, ayudándole a adquirir los conocimientos, destrezas, actitudes y hábitos que le permitan mejorar las condiciones de vida y salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades del movimiento como medio de enriquecimiento y disfrute personal, y de relación con los demás.

la educación por el movimiento ha de plantearse como un proceso en el que, mediante una exploración de las propias posibilidades corporales, se activan mecanismos cognitivos y motores.

el enfoque metodológico de la educación física en la etapa de primaria tiene un carácter fundamentalmente lúdico. Teniendo en cuenta todo lo anterior se puede plantear que una adecuada metodología para esta área se puede hacer a través del método inductivo deductivo el cual consiste en se guía al niño dándole una serie de elementos para que el a través de la práctica logre adquirir los conocimientos lo cual en educación física es viable dado que es una asignatura básicamente práctica y que permite ser muy lúdicos

7. RECURSOS:

HUMANOS:

- Estamentos del plantel.

FISICOS:

- Materiales: Canchas poli funcionales para voleibol, baloncesto y fútbol, Balones de fútbol sala, voleibol, baloncesto, pitos, **cronómetros, malla para Voleibol.**
- Humanos (Estudiantes, Docente)
- Técnicos (Computadores, DVD,
- Libros
- Videos
- Enciclopedias
- Dictionarios
- Materiales didácticos
- Mapas
- Brújulas
- Artículos de revista y periódicos.
- Guías.
- Pitos, Cronómetros.

8. EVALUACION GENERAL DEL AREA:

En la Institución Educativa Fe y Alegría el Limonar se considera el proceso de evaluación con las siguientes características:

Diagnóstica: Al realizar la conducta de entrada para determinar deficiencias o grado de eficiencia de los estudiantes en temas varios; así se logra determinar las necesidades del área.

Es Integral: ya que tiene en cuenta el desarrollo de las dimensiones del ser humano contempladas desde nuestra propuesta educativa: Cognitiva, Afectiva, Ética, Espiritual, Estética, Afectiva, Comunicativa, Corporal y Socio-Política.

Es Continua: porque se realiza permanentemente a lo largo del proceso enseñanza-aprendizaje y en cada una de las etapas establecidas.

Es Cualitativa: porque permite identificar las características, los intereses y ritmos de aprendizaje, favoreciendo así el desarrollo individual de las capacidades y habilidades del estudiante.

Es Cuantitativa: Porque se hace necesario aplicar los nuevos parámetros establecidos por el Decreto 1290/09 y permite mayor exactitud para presentar los resultados, no sin dejar de lado los procesos de aprendizaje y las características de la Formación Integral.

Es Formativa: Cuando el alumno se siente estimulado, interesado, orientado, busca solucionar sus dificultades de movimiento, procura auto dominarse, manejar bien sus recursos y practicar buenas relaciones humanas.

Es Sanativa: Cuando se determina el estado de rendimiento o aprendizaje del alumno con mediciones, distancias, tiempos, repeticiones.

Para el proceso de evaluación por períodos se tiene muy en cuenta el alcance de los logros del área, además cada estudiante debe hacerse una Auto evaluación y participar de una coevaluación estudiante-docente, aspectos estos que arrojarán como resultado la nota final del estudiante, A demás:

- El trabajo abierto: El trabajo que realiza el estudiante debe ser abierto (no el mismo para todos los alumnos, debe permitir la innovación y propuesta de éstos), para atender a la diversidad que se presenta en el aula de clase, de acuerdo con los necesidades, intereses y ritmos de aprendizaje de los estudiantes. En conclusión, el docente puede desarrollar la unidad

didáctica, bien partiendo de preguntas problematizadoras o por proyectos de aula para cada eje conceptual. El trabajo en el aula debe ser más flexible que directivo.

- La motivación. Para que se de aprendizaje con sentido, se requiere que se parta de situaciones que provoquen el interés y mantengan la atención del educando, bien porque respondan a sus experiencias y necesidades, por su significado lúdico e imaginario o retador. También, en los casos posibles, se necesita garantizar aprendizajes funcionales, asegurando la utilización por parte del alumno cuando lo necesite, tanto en la aplicación práctica del conocimiento adquirido como en su utilización para llevar a cabo nuevos aprendizajes.
- El medio. Es un recurso que da coherencia a los conceptos y procedimientos trabajados en clase, ya que permiten que estos se inserten en el medio social en que vive cotidianamente el alumno y viceversa. No necesariamente se requiere del trabajo de campo ni la observación directa porque el medio en que habita el estudiante trasciende lo local, territorial y nacional para insertarse en un mundo globalizado a través de los medios de comunicación. En la práctica se asocia el estudio del medio con salidas pedagógicas pero no necesariamente se requiere de esto, simplemente consiste en relacionar la variable del medio con los trabajos escolares, si la información que se ha de aprender se articula o conecta con las variables del medio que rodea el estudiante, este proceso será más fácil.
- La creatividad. Esta variable supone una combinación, una asociación y una transformación de elementos conocidos para tener un resultado novedoso, pertinente y original que de buen resultado. Se trata por tanto de hacer nuevas combinaciones con elementos asociativos de ideas, materiales o conceptos ya conocidos pero cuya combinación nos da un resultado novedoso, original y alternativo.
- El mapa conceptual. Es un recurso que sirve para introducir un tema, desarrollarlo y evaluarlo. El mapa conceptual da claridad a la presentación de los temas, los jerarquiza, permite la interrelación entre los conceptos y el aprendizaje de lo esencial. Además de éste, existen otras herramientas útiles para los propósitos aquí expuestos como: mapas mentales, mente factos, la V heurística, entre otras.

- La adaptación curricular. Lo primero que debemos de tener claro es de la diversidad de nuestros estudiantes, debemos educar en la diversidad. Aquí nos encontramos con tres casos: los alumnos con dificultades académicas, con necesidades educativas especiales y muy avanzados; en los tres casos debemos hacer adaptaciones curriculares para garantizar la inclusión, evitar las altas tasas de reprobación y disminuir las potenciales situaciones de indisciplina.

9. BIBLIOGRAFIA

- Ley General de Educación 115.
- Secretaria de educación Medellín , Expedición currículo 2014
- Secretaria de educación, wiki – jaibana 2012