

INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ

“La educación puede ser la gran fecundadora o la gran esterilizante de los hombres, y los hombres pueden ser los grandes transformadores de los pueblos o los más formidables obstáculos para su progreso”

Héctor Abad Gómez



PLAN DE AREA DE EDU FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

CICLOS I a V (1° a 11°)

MEDELLÍN 2018

INDICE

ASPECTOS DEL PLAN DE AREA

1. Identificación del plantel y del área.
2. Introducción
 - 2.1. Contexto
 - 2.2. Estado del área
 - 2.3. Justificación
3. Referente conceptual
 - 3.1. Fundamentos lógico-disciplinares del área
 - 3.2. Fundamentos pedagógico–didácticos
 - 3.3. Resumen de las normas técnico-legales.
4. Malla curricular
 - 4.1. Grado primero
 - 4.2. Grado segundo
 - 4.3. Grado tercero
 - 4.4. Grado cuarto
 - 4.5. Grado quinto
 - 4.6. Grado sexto
 - 4.7. Grado séptimo
 - 4.8. Grado octavo
 - 4.9. Grado noveno
 - 4.10. Grado décimo
 - 4.11. Grado undécimo
5. Integración curricular
6. Atención de estudiantes con necesidades educativas especiales
7. Referencias bibliográficas

IDENTIFICACIÓN DEL PLANTEL Y DEL ÁREA

La Institución educativa Héctor Abad Gómez se encuentra ubicada en la carrera 40 entre las calles 49A y 50, se presta un servicio educativo para personas del estrato socioeconómico 1, 2, y 3, ya que en ella convergen estudiantes de diferentes sectores socioeconómicos por estar en el centro de la ciudad. Es una Institución de inclusión, donde los estudiantes presentan múltiples carencias; que van desde lo afectivo, cognitivo hasta el consumo de estupefacientes. Otro gran porcentaje son jóvenes que provienen de la zona rural del departamento y que llegan a la ciudad con el deseo de cumplir sus sueños deportivos; mayoritariamente en el fútbol, tanto a nivel masculino como femenino.

INTRODUCCIÓN

El área de Educación Física, Recreación y Deportes, se está transformando de acuerdo con las exigencias que la sociedad hace a la educación, las orientaciones de la Ley 115 y sus normas reglamentarias; ésta afirmación se evidencia en las acciones desarrolladas desde el Ministerio de Educación Nacional y otras instituciones para consultar el estado de la Educación Física en los establecimientos educativos, elaborar los indicadores de logros de la Resolución 2343 Ministerio de Educación Nacional de 1996, conceptualizar las dimensiones corporal y lúdica y construir estos lineamientos curriculares.

Este documento es el resultado de una reflexión participativa y crítica y tiene como propósito servir de orientación y apoyo a los docentes del área para el desarrollo curricular dentro de los proyectos educativos institucionales.

Las finalidades de esta área se centran en el desarrollo humano y social, en un proyecto educativo que privilegia la dignidad humana, la calidad de vida, el desarrollo de la cultura y el conocimiento, la capacidad de acción y la participación democrática.

Se reconoce la Educación Física, Recreación y Deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica), y no sólo en una de ellas. Los lineamientos del área se organizan en nueve capítulos:

1. Construcción de los lineamientos;
2. Referentes conceptuales;
3. Referentes socioculturales;
4. Desarrollo del estudiante;
5. Enfoque curricular;
6. Orientaciones didácticas;

7. Evaluación;
8. Plan de estudios;
9. El maestro de educación física.

En el primer capítulo se analiza la necesidad del cambio en el área y se explicita una reflexión sobre los conceptos y criterios que sustentan los lineamientos como elementos orientadores para la elaboración del currículo.

En el segundo capítulo se tratan los referentes conceptuales de la educación física en los que se incluyen algunos planteamientos correspondientes a los diferentes períodos de la historia de la educación física en Colombia. Se plantean las tendencias actuales, se explica el enfoque conceptual y los propósitos de los lineamientos.

En el tercer capítulo se plantean los factores socioculturales que determinan las características del área y la construcción del currículo: las relaciones entre educación física sociedad y cultura, la globalización y la diversidad, el desarrollo del conocimiento y la dinámica de cambio en la escuela.

En el cuarto capítulo, se plantean las características de los estudiantes y la importancia de las dimensiones lúdica y corporal.

En el quinto capítulo se desarrolla el enfoque curricular que atiende los procesos de formación, las prácticas culturales y la Competencia praxeológica.

En el sexto capítulo se presentan las orientaciones de una didáctica contextualizada, la didáctica como investigación, los proyectos, los ambientes, las características de la enseñanza y de los procesos de enseñanza, las características de aprendizaje, llegando al final del capítulo a la clase.

En el séptimo capítulo se trata la evaluación como un componente esencial del proceso pedagógico y un instrumento de gran efectividad que permite impulsar el desarrollo del alumno.

En el octavo capítulo se presentan algunas ideas sobre plan de estudios: sus componentes estructurales, relaciones entre niveles y grupos de grado y a través del año académico, la delimitación y organización de contenidos, selección y diseño de actividades y un ejemplo de estructura del plan de estudios. Con esta aproximación a un plan de estudios se da respuesta a solicitudes de muchos docentes que desean conocer una propuesta de trabajo en el aula dentro del espíritu y los mandatos de la Ley 115. Es de desear que haya muchas propuestas alternativas y que de su conocimiento y análisis los docentes saquen gran provecho en beneficio de los estudiantes.

El noveno capítulo se refiere al profesor de educación física, como persona, sus características como orientador de sus alumnos, sus conocimientos, competencias y liderazgo, relaciones y ética profesional que lo constituyen en un ejemplo para sus alumnos.

Finalmente se presenta una bibliografía recomendada, como apoyo para la ampliación y profundización sobre el tema de la construcción del currículo.

CONTEXTO

La Institución Educativa se encuentra ubicada en la comuna 10 barrio Boston sector de la Placita de Flórez, es un sector comercial, donde los estudiantes confluyen desde diferentes zonas de la ciudad, pues su ubicación estratégica permite el fácil acceso. En esta Institución Educativa se atiende población de estratos 1, 2 y 3, en su mayoría pertenecen a familias en condiciones de desplazamiento, pobreza, debilidad frente al consumo de sustancias psicoactivas, también hay estudiantes o acudientes que en un momento de su vida fueron víctimas o victimarias, es decir, confluyen a ésta grupos humanos muy heterogéneos, en donde en algún momento de su vida, su espacio de vivencias y aprendizajes ha sido muy diferente, pero igualados de alguna manera por las dificultades, el sufrimiento y la discriminación; por este motivo, la Institución es reconocida en el medio como parte de la ruta que se sigue para el restablecimiento de derechos (en este caso en materia educativa) con quienes el Estado tiene el deber de hacerlo.

La fuente de ingresos de la familia o de los estudiantes en su mayoría, es a través de empleo informales. Los padres de los estudiantes, los adultos de la tercera jornada y algunos alumnos menores de edad, son en su mayoría quienes ocupan los empleos informales de la ciudad, como cuidadores o lavadores de carros, vendedores ambulantes, aseadoras en casas, entre otros, como también hay quienes viven de la caridad ajena, bien porque se atreven a mendigar o porque otros les colaboran. También hay quienes viven del rebusque; contamos con estudiantes que desde pequeños trabajan, bien sea porque acompañan a sus padres o porque la necesidad apremia. La anterior población es la que en su mayoría llenan las aulas de la sección Darío Londoño Cardona en el sector de Niquitao y de la tercera jornada con la modalidad de CLEI, educación para adultos.

La sección Plaza de Flórez en sus jornadas mañana y tarde cuenta con estudiantes que en su mayoría pertenecen a núcleos familiares con condiciones socioeconómicas básicas de los estratos 1, 2 y 3. La Institución Educativa tiene pleno conocimiento de la población que atiende y se compromete a través del P.E.I. en la formación en valores y derechos humanos, además de que su eje o centro es la inclusión.

ESTADO DEL ÁREA

El área de Educación Física en la Institución Educativa Héctor Abad Gómez se encuentra conformada por cuatro licenciados en el área, de tiempo completo y en propiedad; con una carga académica de 22 horas semanales. En el área se realizan pruebas trimestrales, las cuales son aprobadas por un 95% de los estudiantes, las cuales están estructuradas por una lectura sobre temas del área o de la salud y sus respuestas corresponden a selección múltiple, al finalizar el año se puede comprobar que el porcentaje de reprobación en el área es de un 4%

JUSTIFICACIÓN

Para el trabajo en el área de Educación Física se tiene en cuenta, en la Institución educativa un enfoque lúdico, recreativo, donde se lleve al estudiante a desarrollar destrezas y hábitos motrices, partiendo de su riqueza motriz, teniendo en cuenta una visión biopsicosocial desde las capacidades: perceptiva motriz, físico motriz y socio motriz. Es entonces una visión biopsicosocial del ser humano, siendo el cuerpo en movimiento el centro del conocimiento de la Educación Física. Es necesario que el estudiante sea consciente del proceso que ha tenido en el transcurso de su vida, que conozca sus fortalezas y falencias en su vida motriz y que proyecte en su ambiente una actitud de cuerpo y mente sana. Es así como el estudiante puede abordar el conocimiento de la educación física desde su experiencia, partiendo del conocimiento de su cuerpo como el auto-cuidado, desarrollo, mantenimiento, expresión y valoración de éste.

La interacción social del ser humano relacionado con el uso social del cuerpo, relaciones de ubicación en un espacio, tiempo y medio ambiente; prácticas lúdicas, deportivas, artísticas o de trabajo, que hacen uso de habilidades y destrezas especializadas. Las disciplinas científicas que soportan la Educación Física en especial son las ciencias biológicas, la pedagogía y la psicología; y no manifiestan de manera pura, sino que entre ellas se producen distintas formas de relación y combinación. A través de ellas se plantean los objetivos que se ha propuesto la Educación Física escolar.

Los aspectos que abarca la educación física se ubican en una propuesta o modelo de trabajo en la educación física, es la propuesta de Martha Castañer, donde se plantea el trabajo desde tres capacidades que son: capacidades perceptivo motrices, capacidades físico motrices y capacidades socio motrices. Es pues, una propuesta que se acomoda a la educación física actual y permite un desarrollo integral del ser humano. En la ley del deporte (ley 181 de enero 18 de 1995) en el título III de una concepción sobre la Educación Física: "Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objetivo de estudio es la expresión corporal del hombre y la

incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la ley 115 de 1994 Art. 10” Vemos pues la importancia que tiene la Educación Física para el campo educativo e institucional, tanto a nivel de la escuela como de la sociedad en general; pues el cumplimiento que se le da a esta área en el campo escolar va a ser reflejado más adelante a nivel del deporte competitivo en ligas y demás entes deportivos; es decir la educación física trasciende de lo escolar a lo social en la cultura.

En el decreto número 0893 del 29 de abril de 1998, por medio del cual se reglamente el desarrollo de la educación física, la recreación y el deporte, en las instituciones educativas oficiales y privadas del departamento y se fortalece e implementa el programa centros de Educación Física, en los municipios del departamento de Antioquia.

Según Parlebas “La educación Física es una disciplina que tiene su propio objeto de estudio, y es el sujeto que se mueve en el contexto o entorno social, o de su misma motricidad”. Si centralizamos solo la Educación Física en el movimiento, caeríamos al aspecto técnico, viendo al ser como una máquina. Vemos pues como la Educación Física trasciende en su concepción tomando al ser de forma holística, no sólo se ocupa de lo biológico sino de lo afectivo, cognitivo y social en la vida de ese ser humano como tal.

Es importante que se aborde el área de la educación física en la escuela, pues desde que el niño empieza su proceso de desarrollo y crecimiento va a necesitar canalizar esto en una actividad, es donde entra la labor del educador físico, ayudando a explotar las capacidades y habilidades innatas en el individuo, ayudando a su autoconocimiento y autoestima, generando así el desarrollo humano del ser con una visión integral de sí mismo. En el colegio la enseñanza de esta área parte de lo lúdico, lo recreativo. Donde el estudiante encuentre un disfrute y un placer en realizar una actividad física determinada, tanto desde el niño preescolar hasta el joven de undécimo. Se debe considerar que el conocimiento no se transmite construido, elaborado, sino que debe ser construido por los propios estudiantes; el maestro debe buscar las estrategias que le sirvan al alumno para encontrar su autonomía. El proceso que se dé desde el grado preescolar hasta undécimo, en este caso pretende tener una secuencia clara en el proceso de la educación física. Por donde hay planteamientos claros a seguir en cada grado, según la necesidad y condición del alumno.

En la educación física se integran muchos aspectos como la formación de valores, el amor consigo mismo y con el otro, el cuidado con el ambiente, todos estos factores que benefician al ser para interactuar en comunidad.

También a nivel físico se desarrollan capacidades primordiales para realizar actividades en la vida cotidiana y proporcionan al alumno una mejor disposición para la aprehensión de otros conceptos. Dentro de los métodos a utilizar están los planteados por Domingo Blázquez, quien presenta las llamadas tareas clasificadas como: tareas no definidas (aquí el profesor no determina el objetivo de la clase, ni las operaciones a realizar por el alumno, simplemente, se ocupa del acondicionamiento del medio) y las tareas definidas (se especifica el objetivo a seguir y el material a utilizar por el mismo alumno). Otros métodos pueden ser de mando directo y libre exploración. El uso de cada método depende del trabajo y el objetivo planteado para cada grado.

REFERENTE CONCEPTUAL

Fundamentos lógico-disciplinares del área

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

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

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

Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa

siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).

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

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

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

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

La escasez presupuestal, el aumento de la población, la falta de continuidad en las políticas y en los funcionarios estatales, llevaron al distanciamiento entre los ideales enarbolados y su cobertura a nivel cuantitativo, además de la

implementación de acciones que apuntaran a la solución de problemas bien definidos.

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

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

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

En la educación Media Vocacional se focaliza la importancia de afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.

Adquirir los conocimientos fundamentales y las habilidades y destrezas básicas, que además de prepararlo para continuar estudios superiores, lo orienten hacia un campo de trabajo.

Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.

Adquirir suficientes elementos de juicio para orientar su vida y tomar decisiones responsables.

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

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

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

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

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

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

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

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

Teniendo en cuenta lo anterior, además de lo establecido dentro de la normatividad vigente, desde la Ley General de Educación, en donde se establece la autonomía escolar, para definir la intensidad horaria del área es significativo que se reconozcan las garantías de ejecutar una educación física

planificada sistemáticamente, teniendo en cuenta la continuidad, el seguimiento, la participación y el compromiso institucional, reconociendo los productos obtenidos a través de la lúdica del cuerpo en interacción con el saber y las competencias específicas de otras áreas, además del saber y las competencias como ciudadano.

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

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

Las dinámicas de las mesas de trabajo, que conforman la estructura del Laboratorio de la Enseñanza de la Educación Física y el olimpismo, son espacios de formación permanente en donde la experiencia, los saberes y las preguntas son el punto de partida para construir teorías y conceptos establecidos por expertos, que son aterrizados por los docentes de las mesas, a las realidades y condiciones de nuestras instituciones educativas y sus estudiantes.

Por lo tanto, la Educación Física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar.

Fundamentos pedagógico–didácticos

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

Desde los aportes de Jean Piaget hasta otros teóricos contemporáneos se ha reconocido la importancia de una formación que incluya la corporalidad como ámbito fundamental para el adecuado desarrollo de los sujetos.

Diferentes construcciones pedagógicas y educativas coinciden en su aporte para la formación integral de los sujetos implicados en el proceso educativo. La intervención pedagógica del cuerpo debe trascender la mirada técnica e instrumentalista a la que ha sido sometido, transgredir los límites del paradigma biológico y somatognóstico en el que se ha encasillado (Moreno, 2007) para adquirir importancia en cuanto permite la formación del ser humano en términos de desarrollo humano.

La escuela es, entonces, un lugar privilegiado para que niños, niñas y jóvenes se reconozcan como sujetos por medio de la motricidad que posibiliten la transformación del contexto social y que promuevan aspectos propios de la existencia como “la identidad, la interacción, la inclusión, la interculturalidad, el respeto, la resistencia, el control, la vinculación, la transformación, la diferenciación, la autonomía, la visibilizarían, la democracia, el arraigo y la potencialización del sujeto” (Arboleda, 2010, p. 20).

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

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

“Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano. Esto exige la formación de actitudes y modos de actuar que otorguen sentido a las prácticas, técnicas, los saberes y hábitos de actividad motriz, al hacer énfasis en acciones preventivas y participativas que fomenten la cooperación y la solidaridad”.

“Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad, desarrollo del pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices como, por ejemplo, la resolución de problemas relacionados

con la anticipación, la destreza operativa y el sentido crítico, que sean capacidades requeridas durante los procesos de abstracción y generalización para la toma de decisiones”.

“Contribuir a la construcción de la cultura física y a la valoración de sus expresiones autóctonas. Educación de la sensibilidad y el desarrollo del lenguaje corporal”.

“Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz. Base de la convivencia ciudadana, como el respeto a la diferencia, a la libre elección y a la participación en decisiones de interés general”.

“Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente. Se generan vivencias, exploraciones, experiencias, conocimientos y técnicas que disponen al estudiante como un ser que se desarrolla en un medio ambiente y en virtud de ello es responsable del cuidado de este, su recuperación y protección”.

“Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte. Esta disciplina involucra componentes fundantes de la naturaleza humana, de modo que el trabajo pedagógico dirigido a cada ser humano en particular debe adaptarse a sus necesidades”.

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

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

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

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

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

Orientaciones didácticas: estilos de enseñanza

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

Estilos de enseñanza tradicionales.

Estilos de enseñanza participativos.

Estilos de enseñanza que tienden a la individualización.

Estilos de enseñanza cognitivos.

Estilos de enseñanza que promueven la creatividad.

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

Instrucción directa: se caracteriza porque el profesor ofrece la respuesta ante un problema motriz determinado. Las decisiones sobre contenidos, ejecución y evaluación de la clase son determinadas únicamente por el profesor. La

secuencia entonces corresponde a: explicación, demostración, ejecución y evaluación. La evaluación hace referencia a la corrección de la ejecución.

Asignación de tareas: este estilo se caracteriza porque la ejecución de la tarea motriz ya no está sometida al control absoluto del profesor, sino que el estudiante, a partir de sus particularidades individuales, determina de qué manera la realizará. El profesor tiene una mejor comunicación con sus alumnos debido a la flexibilidad en la organización de la clase.

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

Enseñanza recíproca: se caracteriza por el momento de la evaluación. Los estudiantes organizados por parejas o tríos realizan observaciones a sus pares mientras ejecutan las tareas asignadas por el profesor. Además de las correcciones que el compañero pueda brindar, él mismo corrige sus ejecuciones a partir de lo observado en sus pares. Aquí el profesor tendrá más posibilidad de corrección a los estudiantes en sus ejecuciones debido al tiempo que tiene para la observación individual.

La enseñanza en pequeños grupos: los grupos están organizados por más de dos estudiantes, lo que supone una mayor participación de los mismos. El profesor se convierte en un tutor, asesor que acompaña el desarrollo de las actividades definidas por los estudiantes. Este estilo permita una mayor comunicación, autonomía y responsabilidad de los estudiantes, es aconsejable en clases donde el número de participantes es muy numeroso y el espacio reducido.

Micro enseñanza: es muy similar a la anterior, en este caso el profesor proporciona información a un número de estudiantes para que estos luego la transmitan a otro número de estudiantes previamente organizados. El profesor permite la participación de los estudiantes previamente informados en las variantes y otros aspectos que considere importantes.

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

Organización por grupos: la organización por grupos se realiza a partir de los niveles de aptitud de los estudiantes. Esta diferenciación permite al profesor una distribución particular de las tareas para el aprendizaje gradual de los estudiantes.

La enseñanza modular: a diferencia del anterior, la distribución se realiza en torno a los intereses de los estudiantes.

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

El descubrimiento guiado: se fundamenta en los procesos cognitivos que pueden desarrollarse en la práctica de la educación física. El profesor no da las respuestas sino que el alumno busca responder para alcanzar un objetivo determinado. En esa línea, se define el objeto de aprendizaje para luego estructurar las etapas que permitan dar solución final. Este estilo se recomienda para que el estudiante descubra conceptos básicos relacionados con su corporalidad y con su motricidad.

Resolución de problemas: se pretende que el estudiante dé respuestas motrices con total autonomía e independencia. El profesor interviene en el diseño de los problemas, estos últimos deben estar determinados a partir de las experiencias y los intereses de los estudiantes.

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

Acerca de la evaluación

La evaluación como proceso permanente, sistemático e integral, permite valorar el estado en que se desarrollan los distintos aspectos y componentes de trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto 1290 de 2009.

Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.

Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas

de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben. Relaciones de aprendizaje recíprocas que redundan en el mejoramiento de las prácticas pedagógicas. Unido a lo anterior, convendría destacar algunos aspectos que deben tenerse en cuenta a la hora de evaluar en educación física:

Autoevaluación. La autoevaluación es la valoración que hace cada individuo sobre su actitud y su propio desempeño en clase, a partir de sus conocimientos y las particularidades de las tareas motrices. Son datos que solo conoce quien se autoevalúa (Camacho, Castillo y Monje, 2007), corresponden a la experiencia misma del estudiante. Vista de esa manera, es conveniente educar a los niños, desde edades tempranas, en procesos de autoevaluación que pueden instalarse desde la práctica de juegos y deportes, elaboración de materiales, participación en actividades motrices y otros que considere pertinente el profesor, que potencien la autonomía y el autoconocimiento, además del componente axiológico que constituye este tipo de evaluación.

Coevaluación. Corresponde a la evaluación realizada por grupos de personas sobre una actividad, desempeño o productos de uno de sus miembros (Camacho, Castillo y Monje, 2007). Permite la participación de los pares en los procesos de aprendizaje. Cuando se manifiestan las fortalezas y los aspectos por mejorar, según los criterios establecidos por el profesor, se crean ambientes de diálogo y responsabilidad. Es necesario precisar los criterios determinados a evaluar, pues como sugiere Salinas (2001), podría evaluarse lo negativo exclusivamente o, en una práctica equivocada de solidaridad, cubrir al compañero frente al profesor, aspecto que negaría la posibilidad de comprender los procesos formativos del estudiante.

Heteroevaluación. Es la evaluación realizada por una persona, generalmente el profesor al estudiante. En educación física el profesor deberá evaluar no solo

los niveles de destreza de los estudiantes, sino desde las potencialidades del sujeto. Se insiste en superar la perspectiva reduccionista de la educación física, por lo tanto la evaluación también deberá acogerse a miradas integrales de quienes participan en ella, pues como bien señala el Decreto 1290 de 2009, la evaluación deberá proporcionar información básica para consolidar o reorientar los procesos educativos relacionados con el desarrollo integral del estudiante. Ahora bien, convendría señalar que los profesores, en aras de mejorar sus prácticas pedagógicas, también deben permitir que sus estudiantes los evalúen. Dichas evaluaciones pueden partir de una entrevista con un estudiante o un grupo de ellos, un diálogo grupal, en el cuaderno de la asignatura o en fichas previamente establecidas. Una heteroevaluación debe servir tanto a estudiantes como profesores para mejorar los procesos educativos, pues unos y otros son indispensables en la configuración de mejores prácticas pedagógicas.

RESUMEN DE LAS NORMAS TÉCNICO-LEGALES.

Desde la Ley General de Educación hasta cada una de las leyes, decretos, directivas ministeriales y acuerdos que establecen todos aquellos aspectos relevantes que soportan la planeación e implementación de la Educación Física, dentro de los procesos formativos de los estudiantes (no solo desde la perspectiva de cuerpo y movimiento, sino desde las dimensiones esenciales del individuo, como ser social, intelectual, creativo, político, afectivo, moral y lúdico), el área de la Educación Física se convierte en un medio para enseñar al estudiante a ser un mejor individuo, ciudadano y un investigador de su propio ser en beneficio de una mejor ciudad. Como lo plantea la Ley 115 de 1994 en el artículo 5, los fines de la educación son:

“La formación en el respeto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad”.

“La formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación”.

“La formación en el respeto a la autoridad legítima y a la ley, a la cultura nacional, a la historia colombiana y a los símbolos patrios”.

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

“El estudio y la comprensión crítica de la cultura nacional y de la diversidad étnica y cultural del país como fundamento de la unidad nacional y de su identidad”.

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

“La creación y el fomento de una conciencia de la soberanía nacional y para la práctica de la solidaridad y la integración con el mundo, en especial con Latinoamérica y el Caribe”.

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

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

“La formación de la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como en la valoración del mismo como fundamento del desarrollo individual y social”.

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

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

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

“La comprensión y el desarrollo actual de la educación física son resultado de una evolución y construcción histórica social”.

“Se requiere comprender la pluralidad de puntos de vista o enfoques de la educación física y la necesidad de construir nuevos paradigmas y superar los que representan un obstáculo, en un ambiente de diálogo de saberes en función de la formación del hombre y la sociedad”.

“La pedagogía actual cultiva la sensibilidad y postura abierta ante las características del estudiante, sus necesidades sociales y culturales y el papel que en ellas debe jugar la educación física”.

“El proceso curricular incluye la delimitación, dentro de la realidad compleja, de los problemas fundamentales respecto al contexto, el sujeto y el saber disciplinar para trazar líneas de acción”.

“La investigación permanente es un proceso del currículo cuyo objeto es la formación de seres humanos y de cultura, lo cual requiere de un enfoque relacional del saber disciplinar”.

“Un amplio margen de flexibilidad permite asumir diferentes formas de interpretación y de acción, de acuerdo con diversos contextos, posibilidades e intereses, transitoriedad de los currículos y apertura a modificaciones, reorientaciones y cambios”.

“Los procesos curriculares son espacios para la creatividad, la crítica y la generación de innovaciones”.

“El currículo como proyecto pedagógico y cultural señala un amplio horizonte de acción de la educación física”.

“La toma de decisiones en la orientación, elaboración, puesta en práctica y evaluación y transformación del currículo debe ser participativa y democrática”.

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

La competencia motriz, “entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque

analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias”.

“La competencia expresiva corporal debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades”.

“La competencia axiológica corporal, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente”.

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

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

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

MALLA CURRICULAR

4.1. Grado primero

Área: EDUCACION FISICA

Docente(s): Ángela Lucia Mejía Gómez

Objetivos:

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

Competencias:

Competencia motriz.
Competencia expresiva corporal.
Competencia axiológica corporal.

Competencia transversales:

LENGUA CASTELLANA:

Competencia pragmática o sociocultural.
Competencia enciclopédica, poética y literaria.

CIENCIAS NATURALES:

Competencias: Identificar, indagar, explicar, comunicar y trabajar en equipo.

ARTITICA:

Sensibilidad.
Apreciación estética.
Comunicación.

PERIODO I			
Pregunta Problematizadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Qué siento mi cuerpo cuando exploro el movimiento?	Esquema corporal. Ajuste postural. Respiración. Tensión -relajación. Ubicación temporo espacial. Higiene corporal. Normas de clase.	Competencia motriz: 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 Competencia expresiva corporal: 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. Competencia axiológica corporal: Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.	
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer		Saber ser
Ejecuta las posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.	Manifiesta de manera verbal y corporal diferentes expresiones para comunicarse a partir de juegos y actividad física.		Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes. • Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. • Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización. • Reproductor de sonido y video. Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias: • Conciencia y actividad. • Sistematización. 	<p>La evaluación como proceso permanente e integral permite valorar el estado en el que se desarrollan los distintos aspectos y componentes de trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto 1.290 de 2009. En este sentido, los criterios de evaluación deberán cumplir las características propuestas en los lineamientos curriculares. Esto es, una evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa. • Permanente. • Integral. • Flexible. <p>Para realizar una evaluación que cumpla con lo anterior se deben tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La autoevaluación • La coevaluación • La heteroevaluación. <p>Igualmente tener en cuenta en la evaluación los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales.</p> <p>Las estrategias y técnicas de evaluación que se sugieren para el área son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación y responsabilidad en clase

<ul style="list-style-type: none"> • Aumento gradual de las exigencias. • Atención individual y colectiva. • Fomento de la creatividad. • Socialización. • Conciencia ecológica y social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas. • Puntualidad en las llegadas a clase. • Exposición y argumentación coherente. • Capacidad de liderazgo. • Racionalidad en el manejo de los recursos. • Manejo adecuado y considerado de la implementación y los espacios. • Conservación y cuidado de la naturaleza y servicios públicos dentro de la institución. • Realización de actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación. • Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros • Respeto por las normas establecidas en clase. • Utilización de estrategias de cooperación en las actividades prácticas de clase. • Utilización de las reglas y normas para la organización de situaciones colectivas de juego.
--	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
Los estudiantes que ingresan nuevos a las instituciones educativas presentarán	Los docentes realizarán una valoración y definición de indicadores, para	Las acciones de superación no deben ser forzadas. Se aplican después de una

<p>planes de nivelación que les permita integrarse al proceso curricular del área. Por lo tanto, se sugiere que el docente aplique talleres y haga un acompañamiento y acercamiento más permanente con el estudiante. Es pertinente el diálogo con los padres de familia o acudientes de los estudiantes para acordar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p>	<p>determinar las condiciones cognitivas, motrices y de relación que pueden estar dificultando el aprendizaje de los estudiantes y, de esta manera, establecer acciones pedagógicas más precisas y que alcancen los desempeños básicos establecidos. Para esto es importante que el estudiante y el acudiente conozcan previamente el plan y la intencionalidad de este. Se aplicarán actividades teórico-prácticas, asignación de talleres, acompañamiento del docente, registros de clases, sustentaciones y otras estrategias que considere adecuadas el docente. Es pertinente el diálogo con los padres de familia y acudientes de los estudiantes para acordar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo. Igualmente, se plantean actividades puntuales para aquellos estudiantes que demuestran capacidades excepcionales y un desempeño superior en su aprendizaje, de manera tal, que se permita profundizar en algunos temas y desarrollar actividades con un nivel se</p>	<p>observación y registro permanente y sistemático al estudiante para de esta manera establecer las acciones de superación, teniendo en cuenta las habilidades y la etapa de desarrollo del estudiante. Se establecerán planes de apoyo específicos que atiendan al plan curricular establecido para el grado específico. Actividades teórico-prácticas, asignación de talleres, acompañamiento del docente, sustentaciones y otras estrategias que considere pertinentes el docente, de acuerdo al seguimiento previamente establecido. Es pertinente el diálogo con los padres de familia y acudientes de los estudiantes para pactar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p>
---	---	---

	complejidad mayor.	
--	--------------------	--

PERIODO 2			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
<p>¿Qué expreso con mi cuerpo?</p> <p>¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?</p>	<p>Educación rítmica. Lateralidad y direccionalidad. Orientación espacial. Simetría y disociación de movimientos. Juegos y rondas.</p>	<p>Competencia motriz: Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales. Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas</p> <p>Competencia expresiva corporal: Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea. Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales.</p> <p>Competencia axiológica corporal: Atiendo y ejecuto las orientaciones sobre los tiempos para realizar actividad física en los espacios determinados y en armonía con los compañeros del aula. Manifiesta agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con su edad y desarrollo.</p>	
Indicadores de desempeño			

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica las diferentes expresiones motrices rítmicas y armoniosas propuestas en la clase.	Ejecuta las actividades propuestas de pre-danza a partir de rondas y canciones.	Coopera y disfruta con sus compañeros en las diferentes actividades propuestas en clase.
Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio.	Demuestra expresiones corporales en vínculo con diferentes ritmos y con posibilidades espaciales.	Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar con unas condiciones mínimas de recursos, como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes. • Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos. • Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización. • Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas verdes. • Reproductor de sonido y video. Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias: 	<p>La evaluación como proceso permanente e integral permite valorar el estado en el que se desarrollan los distintos aspectos y componentes de trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto 1.290 de 2009. En este sentido, los criterios de evaluación deberán cumplir las características propuestas en los lineamientos curriculares. Esto es, una evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa. • Permanente. • Integral. • Flexible. <p>Para realizar una evaluación que cumpla con lo anterior se deben tener en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluación • Coevaluación • Heteroevaluación. <p>Igualmente tener en cuenta en la evaluación los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales.</p> <p>Las estrategias y técnicas de evaluación que se sugieren para el área son:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación y responsabilidad en clase

<ul style="list-style-type: none"> • Conciencia y actividad. • Sistematización. • Aumento gradual de las exigencias. • Atención individual y colectiva. • Fomento de la creatividad. • Socialización. • Conciencia ecológica y social. 	<ul style="list-style-type: none"> • Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas. • Puntualidad en las llegadas a clase. • Exposición y argumentación coherente. • Capacidad de liderazgo. • Racionalidad en el manejo de los recursos. • Manejo adecuado y considerado de la implementación y los espacios. • Conservación y cuidado de la naturaleza y servicios públicos dentro de la institución. • Realización de actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y conservación. • Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros • Respeto por las normas establecidas en clase. • Utilización de estrategias de cooperación en las actividades prácticas de clase. • Utilización de las reglas y normas para la organización de situaciones colectivas de juego.
---	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Los estudiantes que ingresan nuevos a las instituciones educativas presentarán planes de nivelación que les permita integrarse al proceso curricular del área. Por lo tanto, se sugiere que el docente aplique talleres y haga un acompañamiento y acercamiento más permanente con el estudiante. Es pertinente el diálogo con los padres de</p>	<p>Los docentes realizarán una valoración y definición de indicadores, para determinar las condiciones cognitivas, motrices y de relación que pueden estar dificultando el aprendizaje de los estudiantes y, de esta manera, establecer acciones pedagógicas más precisas y que alcancen los desempeños básicos establecidos. Para</p>	<p>Las acciones de superación no deben ser forzadas. Se aplican después de una observación y registro permanente y sistemático al estudiante para de esta manera establecer las acciones de superación, teniendo en cuenta las habilidades y la etapa de desarrollo del estudiante. Se establecerán planes de apoyo específicos que atiendan al plan curricular establecido para el grado específico. Actividades</p>

<p>familia o acudientes de los estudiantes para acordar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p>	<p>esto es importante que el estudiante y el acudiente conozcan previamente el plan y la intencionalidad de este. Se aplicarán actividades teórico-prácticas, asignación de talleres, acompañamiento del docente, registros de clases, sustentaciones y otras estrategias que considere adecuadas el docente. Es pertinente el diálogo con los padres de familia y acudientes de los estudiantes para acordar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo. Igualmente, se plantean actividades puntuales para aquellos estudiantes que demuestran capacidades excepcionales y un desempeño superior en su aprendizaje, de manera tal, que se permita profundizar en algunos temas y desarrollar actividades con un nivel de complejidad mayor</p>	<p>teórico-prácticas, asignación de talleres, acompañamiento del docente, sustentaciones y otras estrategias que considere pertinentes el docente, de acuerdo al seguimiento previamente establecido. Es pertinente el diálogo con los padres de familia y acudientes de los estudiantes para pactar compromisos y realizar un seguimiento adecuado del proceso formativo.</p>
---	--	--

PERIODO 3			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos Básicos de Aprendizaje

<p>¿Cómo puedo divertirme con mis compañeros?</p>	<p>Calentamiento deportivo Capacidades físicas. Capacidades coordinativas. Destrezas motrices básicas. Juegos tradicionales y de la calle. Gimnasia.</p>	<p>Competencia motriz: 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. Competencia expresiva corporal: Reconozco mis propios gestos y los de mis compañeros a través de representaciones corporales, bailes y juegos en parejas y pequeños grupos. Competencia axiológica corporal: Identifico mis capacidades y reconozco la de mis compañeros. Valoro el esfuerzo individual y grupal de la actividad realizada.</p>	
---	--	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<p>Compara e identifica las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en la clase.</p>	<p>Propone gestos dancísticos y prácticas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo.</p>	<p>Se divierte y participa reconociendo y aplicando las condiciones de las actividades, al realizar las prácticas planteadas.</p>

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Para el desarrollo de procesos coherentes y prácticas pedagógicas que permitan el desarrollo de las clases y los resultados y respuestas en los estudiantes, es necesario contar</p>	<p>La evaluación como proceso permanente e integral permite valorar el estado en el que se desarrollan los distintos aspectos y componentes de trabajo curricular propio del área, tal como se plantea en el Decreto</p>

con unas condiciones mínimas de recursos, como:

- Talento humano idóneo (criterios, compromiso, responsabilidad y ética) especialista en el área y un conocimiento claro de las necesidades de los estudiantes en esta etapa de desarrollo cognitivo, social y motriz de los estudiantes.
- Recursos didácticos: tecnológicos y bibliográficos.
- Implementación pedagógica y deportiva: pelotas, implementación para gimnasia, instrumentos musicales, implementos básicos de medición, juegos de mesa (módulos y fichas de construcción), implementos de uso recreativos e implementos de señalización.
- Infraestructura adecuada para las clases: salón, canchas, aulas de expresión corporal, parques y zonas verdes.
- Reproductor de sonido y video. Los procesos pedagógicos y didácticos definidos y aplicados tienen que posibilitar la organización, dosificación y valoración de la enseñanza de la educación física, recreación y deporte, apoyados en las siguientes estrategias:
- Conciencia y actividad.
- Sistematización.
- Aumento gradual de las exigencias.
- Atención individual y colectiva.
- Fomento de la creatividad.
- Socialización.
- Conciencia ecológica y social.

1.290 de 2009. En este sentido, los criterios de evaluación deberán cumplir las características propuestas en los lineamientos curriculares. Esto es, una evaluación:

- Participativa.
- Permanente.
- Integral.
- Flexible.

Para realizar una evaluación que cumpla con lo anterior se deben tener en cuenta:

- Autoevaluación
- Coevaluación
- Heteroevaluación.

Igualmente tener en cuenta en la evaluación los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales.

Las estrategias y técnicas de evaluación que se sugieren para el área son:

- Participación y responsabilidad en clase
- Puntualidad en la entrega de trabajos: informes, talleres y consultas.
- Puntualidad en las llegadas a clase.
- Exposición y argumentación coherente.
- Capacidad de liderazgo.
- Racionalidad en el manejo de los recursos.
- Manejo adecuado y considerado de la implementación y los espacios.
- Conservación y cuidado de la naturaleza y servicios públicos dentro de la institución.
- De actividades en el medio natural, que tengan como finalidad aprender a desenvolverse en él, comprometiéndose con su cuidado y

	<p>conservación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Colaboración con la seguridad y cuidado de los compañeros • Respeto por las normas establecidas en clase. • Utilización de estrategias Realización de cooperación en las actividades prácticas de clase. • Utilización de las reglas y normas para la organización de situaciones colectivas de juego.
--	--

Planes de mejoramiento continuo

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

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

Grado Tercero

<p>Área: EDUCACIÓN FÍSICA</p>	<p>Grado: TERCERO</p>
<p>Docente(s): YESID MIGUEL CASTRO GIL</p>	
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. • Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. • Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física. 	
<p>Competencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. 	

- Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas.
- Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.
- Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.
- Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.
- 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.
- 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.

Periodo I			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos Básicos de Aprendizaje
¿Qué partes tiene mi cuerpo y cómo funcionan cuando me muevo?	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimientos sobre el cuerpo humano. • Funciones de las partes del cuerpo humano. • Cómo funcionan las partes del cuerpo en el movimiento. • El calentamiento deportivo. • Fases del calentamiento deportivo. • Beneficios del calentamiento deportivo. • Ejercicios y juegos de capacidades perceptivo – 	<ul style="list-style-type: none"> • Adquiero y desarrollo mis habilidades motrices básicas mediante las expresiones motrices que me permiten conocer mi entorno familiar y escolar, y relacionarme con los/as compañeros/as, amigos/as y profesores/as • Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico cotidianamente a través de juegos y ejercicios en mi contexto. • Participo y disfruto de las 	<ul style="list-style-type: none"> • Nombro las partes de mi cuerpo y sus respectivas funciones Propongo e imagino diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de clase. • Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación • Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos. • Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de

	<p>motrices.</p> <ul style="list-style-type: none">• Equilibrio dinámico y estático.• Coordinación general y específica.• Lateralidad• Danzas folclóricas de Colombia, región Caribe.	<p>actividades recreativas y deportivas en mi ambiente familiar, escolar y social.</p> <ul style="list-style-type: none">• Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo con mi fase de desarrollo.	<p>manipulación, locomoción y estabilización.</p> <ul style="list-style-type: none">• Exploro diferentes formas y estilos de manipular los móviles y lo práctico con mis compañeros y compañeras.• Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento.• Propongo diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas.• Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos.• Experimento y utilizo mis habilidades motrices básicas para relacionarme con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones.
--	--	---	--

			<ul style="list-style-type: none"> • Colaboro a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades. • Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos. • Utilizo mis segmentos corporales (derecha-izquierda) para realizar las diferentes tareas motrices. • Participo en juegos colectivos que me permitan afianzar las relaciones de amistad.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer		Saber hacer	
Saber ser			
Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.	Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.	

Periodo 2			
Pregunta Problematicadora	Ejes temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de Aprendizaje
¿En qué contribuye el movimiento y la actividad física de mi cuerpo a la calidad de vida?	<ul style="list-style-type: none"> • La hidratación deportiva y sus beneficios. • Una sana nutrición. • Hábitos de higiene deportiva. • Normas de convivencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Adquiero y desarrollo mis habilidades motrices básicas mediante las expresiones motrices que me permiten conocer mi entorno familiar y escolar, y relacionarme con los/as compañeros/as, 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación. • Valoro las diferentes actividades motrices realizadas en la naturaleza y cuido el entorno. • Identifico la importancia de los sentidos, mediante los juegos, para

	<p>en la actividad física y en el deporte.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normas de desplazamiento dentro y fuera de la institución. • Ejercicios y juegos de motricidad individual y grupal orientados a fortalecer la salud, la recreación y la integración social. • Danzas folclóricas colombianas región Orinoquía. 	<p>amigos/as y profesores/as</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 en mi ambiente familiar, escolar y social. • Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo con mi fase de desarrollo. 	<p>ubicarme en el entorno y relacionarme con los demás.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuido mi cuerpo y el de mis compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades. • Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos. • Asumo con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas. • Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego. • Me relaciono con mis compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región. • Mantengo una adecuada higiene corporal para cuidar mi salud y la de las personas que me rodean
--	---	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	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.

Periodo 3

Pregunta	Contenidos	Eje Ejes de los estándares o	Derechos básicos de Aprendizaje
-----------------	-------------------	-------------------------------------	--

Problematizadora	lineamientos	
<p>¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidades físicas básicas. • Flexibilidad • Fuerza • Resistencia • Velocidad • Juegos pre deportivos • El baloncesto • El Microfútbol • Motricidad fina • Danzas folclóricas colombianas, pacífica, región 	<ul style="list-style-type: none"> • Adquiero y desarrollo mis habilidades motrices básicas mediante las expresiones motrices que me permiten conocer mi entorno familiar y escolar, y relacionarme con los/as compañeros/as, amigos/as y profesores/as • 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 en mi ambiente familiar, escolar y social. • Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo con mi fase de desarrollo. <ul style="list-style-type: none"> • Identifico y ejecuto actividades en diferentes superficies. • Realizo juegos en el medio natural, que potencien mis habilidades motrices. • Realizo actividades de motricidad fina, como rasgado, recortado, pulsado y moldeado. • Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos. • Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación. • Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización. • Exploro diferentes formas y estilos de manipular los móviles y lo práctico con mis compañeros y compañeras. • Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección. • Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento. • Propongo diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas. • Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias.

			<ul style="list-style-type: none"> • Experimento y utilizo mis habilidades motrices básicas para relacionarme con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones. • Reconozco las debilidades y las fortalezas de mis compañeros y compañeras a través de juegos. • Manifiesto mi creatividad cuando ejecuto actividades motrices grupales. • Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos. • Asumo con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego
--	--	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
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.

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Estrategias pedagógicas: Las estrategias pedagógicas parten de un enfoque multidisciplinar del área y multidimensional, en el cual se busca favorecer un aprendizaje integral del educando desde la dimensión corporal, cognitiva, comunicativa, estética, ética, deportiva, cultural, social, ambiental y lúdica y recreativa. En ese sentido se usarán estrategias pedagógicas diversas como:</p>	<p>La evaluación es determinante para el proceso formativo del educando, dado que establece logros y metas en el proceso de aprendizaje; estos están atentos a todos los momentos, avances y cambios desde el comienzo hasta el fin del período escolar. Evaluar implica la observación del alumno en sus distintas facetas, etapas y estados, tanto de la personalidad, de sus capacidades y habilidades psicomotrices, como de su comunicación e interacción con los demás, el entorno, los contextos educativos y las situaciones cotidianas. La</p>

<ul style="list-style-type: none"> • El aprendizaje colaborativo. • El aprendizaje significativo. • El aprendizaje por procesos. • Las adaptaciones curriculares. • La inclusión escolar. • Ritmos y estilos de aprendizaje. • Desarrollo de inteligencias múltiples. • Disfrute y goce del área. • Aprendizaje por inducción. <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales del aula de deportes (aros, colchonetas, bastones, pelotas, cuerdas, pesas, grabadoras, video Beam entre otros) • Espacios locativos de la institución como canchas, terrazas, patio salón, auditorio, aulas de clase, entre otros.) 	<p>evaluación está estipulada desde el Decreto 1290 y adaptado en el Sistema Institucional de Evaluación. Esta evaluación debe tener las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa: La participación se basa en los principios básicos de la democracia, el diálogo de doble vía que retroalimente el proceso y la cooperación entre todos los estamentos. La concertación y el respeto por los procesos humanos, tanto individual como colectivamente, es otro de los principios que alimentan esta característica, todo en el alto nivel de formación profesional y ética del educador físico. • Permanente: Implica un amplio conocimiento del alumno y del contexto social y familiar en el que interactúa. • Integral: Considera a todos los agentes que participan en el proceso educativo; la relación entre los distintos procedimientos y uso de técnicas y métodos apropiados a las características del estudiante, contenidos, actividades y desempeños correspondientes a los procesos de formación. • Flexible: Se adecúa a las características y necesidades de las personas y del medio donde se desarrolla. • Comunicación e Interacción en el área administrativa: Permite ayuda eficaz, como es el caso de las instalaciones físicas y asignación de horarios. Para realizar una evaluación que cumpla con estas características, debe contar con las maneras de evaluar, así: Autoevaluación: Es la valorización que el alumno hace de su propio trabajo, donde refleja, autoestima y autoconocimiento. Coevaluación: Es la que realiza el grupo sobre la labor desempeñada por uno de sus miembros, donde destacan de manera equilibrada aspectos positivos y por mejorar. Heteroevaluación: La realizan agentes externos al individuo.
--	---

Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Superación
Talleres <ul style="list-style-type: none"> • Los músculos: sus movimientos y acciones. • El calentamiento, por qué calentar ¿Qué es el calentamiento? ¿Qué frase se utiliza para 	Talleres <ul style="list-style-type: none"> • Los músculos: sus movimientos y acciones. • El calentamiento, por qué calentar ¿Qué es el calentamiento? ¿Qué frase se utiliza para 	Talleres <ul style="list-style-type: none"> • Los músculos: sus movimientos y acciones. • El calentamiento, por qué calentar ¿Qué es el calentamiento? ¿Qué frase se utiliza para referirse

<p>referirse al calentamiento? ¿Cuál es el objetivo del calentamiento? ¿Qué determina la evolución de la temperatura corporal? ¿Qué importancia tiene el calentamiento?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo hacer una correcta entrada en calor? • Fundamentación teórica en Educación Física los huesos y las articulaciones: sus funciones. Los movimientos de las articulaciones: observa los movimientos que pueden realizar el hombro y la cadera • El cuidado de la espalda: ¿Cómo está formada y cómo se divide? • La hidratación deportiva. • La música Colombiana, por regiones 	<p>referirse al calentamiento? ¿Cuál es el objetivo del calentamiento? ¿Qué determina la evolución de la temperatura corporal? ¿Qué importancia tiene el calentamiento?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo hacer una correcta entrada en calor? • Fundamentación teórica en Educación Física los huesos y las articulaciones: sus funciones. Los movimientos de las articulaciones: observa los movimientos que pueden realizar el hombro y la cadera • El cuidado de la espalda: ¿Cómo está formada y cómo se divide? • La hidratación deportiva. • La música Colombiana, por regiones 	<p>al calentamiento? ¿Cuál es el objetivo del calentamiento? ¿Qué determina la evolución de la temperatura corporal? ¿Qué importancia tiene el calentamiento?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo hacer una correcta entrada en calor? • Fundamentación teórica en Educación Física los huesos y las articulaciones: sus funciones. Los movimientos de las articulaciones: observa los movimientos que pueden realizar el hombro y la cadera • El cuidado de la espalda: ¿Cómo está formada y cómo se divide? • La hidratación deportiva. • Las fases de la hidratación. • Beneficios de la hidratación en el cuerpo. • Alimentación saludable. • Tipos de alimentos y su función nutricional. • La música colombiana, por regiones. • Reconocimiento de la historia de la cumbia, el mapalé, el bullarengue, porro y vallenato. • Montar una coreografía de las danzas Colombianas.
--	--	--

Recursos bibliográficos

- Lineamientos Curriculares de Educación Física, Ministerio de Educación Nacional.
- Plan de Estudios Área Educación Física, Expedición currículo.
- Plan de Estudios Área Educación Física Institución Educativa Héctor Abad Gómez.
- Estándares curriculares del área de Educación Física, Ministerio de Educación Nacional.
- Plan Integral de Área para la Educación Física, Institución Educativa San Juan Bosco, ciudad de Medellín, año 2013.

Grado Cuarto

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: CUARTO
Docente(s): YESID MIGUEL CASTRO GIL	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.• Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.• Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.	
Competencias: <ul style="list-style-type: none">• Competencia motriz.• Competencia expresiva corporal.• Competencia axiológica corporal.• Control de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.• Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.• Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.• Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.• Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.• Valoro la importancia de la actividad física para la salud.• Control de formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.• Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.• Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.• Reconozco a mis compañeros como constructores del juego.• Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.• Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.	

Periodo 1

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de aprendizaje
<p>¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La hidratación deportiva. • El calentamiento deportivo. • Fases del calentamiento deportivo. • Beneficios del calentamiento deportivo. • Higiene. deportiva. • Capacidades físicas básicas. (flexibilidad, fuerza, velocidad y resistencia) • Evaluación de las capacidades físicas básicas. • Ejercicios aeróbicos y su importancia para la salud. • Lateralidad • Equilibrio • Percepción espacial arriba, abajo, al frente atrás, diagonal. • Ejercicios y juegos de capacidades perceptivo – motrices. • Juegos pre deportivos de Atletismo, baloncesto y microfútbol. • Coordinación general y específica. • Lateralidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas 	<ul style="list-style-type: none"> • Adopto posturas corporales que me permiten cuidar y mantener una buena salud, cuando practico hábitos de higiene que favorecen mi bienestar. • Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices. • Me ubico en el espacio y el tiempo durante las diferentes expresiones motrices practicadas, teniendo como referencia los puntos cardinales. • Participo en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual. • Comprendo las normas de seguridad en la práctica de las capacidades fisicomotrices que permiten el desarrollo de mi cuerpo. • Respeto las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento de las capacidades fisicomotrices, concertando con mis compañeros y compañeras las reglas de juego. • Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida

	<ul style="list-style-type: none"> Danzas folclóricas de Colombia, región, Andina, Pacifico 		<p>saludable</p> <ul style="list-style-type: none"> Identifico y reconozco los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los aplico adecuadamente en las expresiones motrices. Realizo, en forma secuencial, ejercicios para adquirir potencialidad en el desarrollo de mis capacidades físicas. Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a mis compañeros y compañeras cuando practicamos expresiones motrices. Acepto el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con mis compañeros y compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento de mi desempeño. Participo de diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales como parte de mi formación integral.
--	--	--	---

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.	Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones de juego.	Valoro la importancia de la actividad física para la salud.

Periodo 2

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de Aprendizaje
----------------------------------	-----------------------------	--	--

<p>¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios aeróbicos. • Acondicionamiento físico. • El Atletismo. • Cantos, rondas y juegos del folclor colombiano. • Danzas folclóricas de Colombia, Región Amazonía y Orinoquía. • Practica del baloncesto. • El microfútbol. • Coordinación General. Coordinación específica. 	<p>Aplico y experimento las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que me permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizo mis segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos. • Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización. • Participo en juegos colectivos que me permitan afianzar las relaciones de amistad. • Asumo con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas. • Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego. • Me relaciono con mis compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región. • Mantengo una adecuada higiene corporal para cuidar mi salud y la de las personas que me rodean. • Utilizo las capacidades físicas en la ejecución de las expresiones motrices, empleando una adecuada respiración en la ejecución de las tareas. • Aplico las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales.	Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.	

Periodo 3

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de Aprendizaje
<p>¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo. • Actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. • Movimientos con patrones rítmicos. • Actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimo mi creatividad y mi capacidad intelectual. • El Ultímate • Bailes Folclóricos de Colombia, montar una coreografía de una de las regiones geográficas estudiadas en los periodos anteriores. 		<ul style="list-style-type: none"> • Participo en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimo mi creatividad y mi capacidad intelectual. • Respeto las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento de las capacidades fisicomotrices, concertando con mis compañeros y compañeras las reglas de juego. • Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida saludable. • Practico y propongo juegos pre deportivos que favorezcan mi desarrollo personal y el de mis compañeros y compañeras. • Valoro la actividad motriz como eje fundamental en mi desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio para el desarrollo de mis capacidades físicas. • Realizo prácticas motrices que estimulan mi rendimiento dentro de los ámbitos sociales y culturales de la comunidad, utilizando eficientemente los recursos y elementos que nos ofrece el entorno. • Identifico las relaciones interpersonales, los valores de equidad y tolerancia que se presentan en las

			actividades motrices.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales.	Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.	

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Estrategias pedagógicas: Las estrategias pedagógicas parten de un enfoque multidisciplinar del área y multidimensional, en el cual se busca favorecer un aprendizaje integral del educando desde la dimensión corporal, cognitiva, comunicativa, estética, ética, deportiva, cultural, social, ambiental y lúdica y recreativa. En ese sentido se usarán estrategias pedagógicas diversas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El aprendizaje colaborativo. • El aprendizaje significativo. • El aprendizaje por procesos. • Las adaptaciones curriculares. • La inclusión escolar. • Ritmos y estilos de aprendizaje. • Desarrollo de inteligencias múltiples. • Disfrute y goce del área. • Aprendizaje por inducción. <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales del aula de deportes (aros, colchonetas, bastones, pelotas, cuerdas, pesas, grabadoras, video Beam entre otros) • Espacios locativos de la institución como canchas, terrazas, 	<p>La evaluación es determinante para el proceso formativo del educando, dado que establece logros y metas en el proceso de aprendizaje; estos están atentos a todos los momentos, avances y cambios desde el comienzo hasta el fin del período escolar. Evaluar implica la observación del alumno en sus distintas facetas, etapas y estados, tanto de la personalidad, de sus capacidades y habilidades psicomotrices, como de su comunicación e interacción con los demás, el entorno, los contextos educativos y las situaciones cotidianas. La evaluación está estipulada desde el Decreto 1290 y adaptado en el Sistema Institucional de Evaluación. Esta evaluación debe tener las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa: La participación se basa en los principios básicos de la democracia, el diálogo de doble vía que retroalimenta el proceso y la cooperación entre todos los estamentos. La concertación y el respeto por los procesos humanos, tanto individual como colectivamente, es otro de los principios que alimentan esta característica, todo en el alto nivel de formación profesional y ética del educador físico. • Permanente: Implica un amplio conocimiento del alumno y del contexto social y familiar en el que interactúa. • Integral: Considera a todos los agentes que participan en el proceso educativo; la relación entre los distintos procedimientos y uso de técnicas y métodos apropiados a las características del estudiante, contenidos, actividades y desempeños correspondientes a los procesos de formación. • Flexible: Se adecúa a las características y necesidades de las personas y del medio donde se desarrolla.

<p>patio salón, auditorio, aulas de clase, entre otros.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicación e Interacción en el área administrativa: Permite ayuda eficaz, como es el caso de las instalaciones físicas y asignación de horarios. Para realizar una evaluación que cumpla con estas características, debe contar con las maneras de avaluar, así: Autoevaluación: Es la valorización que el alumno hace de su propio trabajo, donde refleja, autoestima y autoconocimiento. Coevaluación: Es la que realiza el grupo sobre la labor desempeñada por uno de sus miembros, donde destacan de manera equilibrada aspectos positivos y por mejorar. Heteroevaluación: La realizan agentes externos al individuo. 	
Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Superación
<p>Talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> • El calentamiento, por qué calentar ¿Qué es el calentamiento? ¿Qué frase se utiliza para referirse al calentamiento? ¿Cuál es el objetivo del calentamiento? ¿Qué determina la evolución de la temperatura corporal? ¿Qué importancia tiene el calentamiento? • ¿Cómo hacer una correcta entrada en calor? • La hidratación deportiva. • La música Colombiana, por regiones. • Las capacidades físicas básicas. • El equilibrio dinámico y estático. • Los tipos de lateralidad. • Los aeróbicos y sus beneficios para la salud humana. • El acondicionamiento físico. • El atletismo y sus modalidades. • El baloncesto. • El Microfútbol. 	<p>Talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los músculos: sus movimientos y acciones. • El calentamiento, por qué calentar ¿Qué es el calentamiento? ¿Qué frase se utiliza para referirse al calentamiento? ¿Cuál es el objetivo del calentamiento? ¿Qué determina la evolución de la temperatura corporal? ¿Qué importancia tiene el calentamiento? • ¿Cómo hacer una correcta entrada en calor? • Fundamentación teórica en Educación Física los huesos y las articulaciones: sus funciones. Los movimientos de las articulaciones: observa los movimientos que pueden realizar el hombro y la cadera • El cuidado de la espalda: ¿Cómo está formada y cómo se divide? • La hidratación deportiva. • La música Colombiana, por regiones. El Atletismo y sus modalidades. El Baloncesto y sus reglas. El Microfútbol y sus reglas. 	<p>Talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los músculos: sus movimientos y acciones. • El calentamiento, por qué calentar ¿Qué es el calentamiento? ¿Qué frase se utiliza para referirse al calentamiento? ¿Cuál es el objetivo del calentamiento? ¿Qué determina la evolución de la temperatura corporal? ¿Qué importancia tiene el calentamiento? • ¿Cómo hacer una correcta entrada en calor? • Fundamentación teórica en Educación Física los huesos y las articulaciones: sus funciones. Los movimientos de las articulaciones: observa los movimientos que pueden realizar el hombro y la cadera • El cuidado de la espalda: ¿Cómo está formada y cómo se divide? • La hidratación deportiva. • La música Colombiana, por regiones. • El Atletismo y sus modalidades. • El Baloncesto y sus reglas. • El Microfútbol y sus reglas.

<ul style="list-style-type: none"> • El Últimate. 	El Últimate y sus reglas.	<ul style="list-style-type: none"> • El Últimate y sus reglas. • Montaje de una coreografía de un baile folclórico colombiano. • El acondicionamiento físico, sus ejercicios y fases.
--	---------------------------	--

Recursos bibliográficos

- Lineamientos Curriculares de Educación Física, Ministerio de Educación Nacional.
- Plan de Estudios Área Educación Física, Expedición currículo.
- Plan de Estudios Área Educación Física Institución Educativa Héctor Abad Gómez.
- Estándares curriculares del área de Educación Física, Ministerio de Educación Nacional.
- Plan Integral de Área para la Educación Física, Institución Educativa San Juan Bosco, ciudad de Medellín, año 2013.

Grado Quinto

Área: EDUCACIÓN FÍSICA	Grado: QUINTO
Docente(s): YESID MIGUEL CASTRO GIL	
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"> • 	
Competencias: <ul style="list-style-type: none"> • Competencia motriz. • Competencia expresiva corporal. • Competencia axiológica corporal. • Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas. • Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales. • Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento. • Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás. • 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.
- 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.

Periodo 1			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de aprendizaje
¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimientos sobre el sistema muscular, óseo, respiratorio y excretor del cuerpo humano. • La hidratación en el cuerpo humano. • Beneficios de una sana alimentación y actividad física. • El calentamiento deportivo. • Fases del calentamiento deportivo. • Beneficios del calentamiento deportivo. • Ejercicios y juegos de capacidades 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas. • Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo con mi fase de desarrollo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nombro las partes de mi cuerpo y sus respectivas funciones. • Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación. • Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos. • Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización. • Identifico y reconozco los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los aplico adecuadamente en las expresiones motrices. • Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección. • Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento.

	<p>perceptivo –motrices.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Las habilidades básicas motrices (caminar, correr, saltar, rodar, trepar, entre otras) • Test de capacidades físicas básicas. • Capacidades físicas básicas y capacidades adquiridas. • Coordinación general y específica. • Equilibrio dinámico y estático. • Coordinación general y específica. • Lateralidad • Danzas folclóricas de Colombia, región Caribe, Orinoquia, Pacífico, Andina Y Amazonía. • El Microfútbol, sus reglas y tácticas de juego. 		<ul style="list-style-type: none"> • Propongo diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas. • Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias. • Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos. • Experimento y utilizo mis habilidades motrices básicas para relacionarme con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones. • Colaboro a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades. • Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos. • Utilizo mis segmentos corporales (derecha-izquierda) para realizar las diferentes tareas motrices. • Participo en juegos colectivos que me permitan afianzar las relaciones de amistad. • Participo de diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales como parte de mi formación integral.
--	---	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
	Desarrolla las diferentes condiciones	Muestra interés por mejorar sus condiciones

Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	físicas.
---	--	----------

Periodo 2			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de Aprendizaje
¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de tiempo libre. • Concepto de lúdica, ocio y recreación. • Beneficios de la lúdica, el ocio, y la recreación en la salud humana. • Estilos de vida saludable en alimentación balanceada, actividad física, recreación, deporte, aseo, higiene, disciplina entre otros. • Ejercicios y juegos de motricidad individual y grupal orientados a fortalecer la salud, la recreación y la integración social. • Danzas folclóricas colombianas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y amigas. • Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo con mi fase de desarrollo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación. • Participo en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimo mi creatividad y mi capacidad intelectual. • Practico y propongo juegos predeportivos que favorezcan mi desarrollo personal y el de mis compañeros y compañeras. • Realizo, en forma secuencial, ejercicios para adquirir potencialidad en el desarrollo de mis capacidades físicas. • Cuido mi cuerpo y el de mis compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades. • Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos. • Asumo con responsabilidad las

	<ul style="list-style-type: none"> • El Baloncesto, sus reglas y tácticas de juego. • El Balón Mano, sus reglas y tácticas de juego. 		<p>tareas motrices individuales y colectivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego. • Me relaciono con mis compañeros y compañeras mediante la práctica de ejercicios físicos, juegos, deportes y actividades culturales Mantengo una adecuada higiene corporal para cuidar mi salud y la de las personas que me rodean. • Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a mis compañeros y compañeras cuando practicamos expresiones motrices.
--	--	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.	Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.	Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.

Periodo 3

Pregunta Problematicadora	Contenido- temáticos	Eje Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos básicos de Aprendizaje
¿Cómo valoro mi condición física y su importancia para la salud e interacción con los demás?	<ul style="list-style-type: none"> • Test de acondicionamiento físico. • Actividades de Acondicionamiento físico. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fortalezco mis habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en mi entorno, para interactuar con mis compañeros, compañeras y amigos y 	<ul style="list-style-type: none"> • Consolido el concepto de imagen corporal por medio de diferentes actividades. • Comprendo las normas de seguridad en la práctica de las capacidades fisicomotrices que permiten el

	<ul style="list-style-type: none"> • Beneficios del acondicionamiento físico para la salud y la convivencia. • Fortalecimiento de las capacidades físicas básicas y adquiridas. • Problemas para la salud humana y la conducta asociadas al sedentarismo y malos hábitos de alimentación. • La bulimia y la anorexia. • Fortalecimiento de la autoestima y la seguridad personal. • El voleibol. • El Ultimate. • El Fútbol. • Los tipos de Gimnasia. 	<p>amigas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo con mi fase de desarrollo. 	<p>desarrollo de mi cuerpo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respeto la identidad y la sexualidad de mis compañeros y compañeras en cada uno de los espacios y las actividades integradoras que buscan estimular el desarrollo de las capacidades fisicomotrices. • Respeto las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento de las capacidades fisicomotrices, concertando con mis compañeros y compañeras las reglas de juego. • Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida saludable. • Valoro la actividad motriz como eje fundamental en mi desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio para el desarrollo de mis capacidades físicas. • Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a mis compañeros y compañeras cuando practicamos expresiones motrices. • Acepto el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con mis compañeros y
--	--	---	--

			<p>compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento de mi desempeño.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conservo y protejo los ambientes naturales en los cuales realizo diferentes expresiones motrices, adquiriendo una conciencia ecológica en mi entorno. • Realizo prácticas motrices que estimulan mi rendimiento dentro de los ámbitos sociales y culturales de la comunidad, utilizando eficientemente los recursos y elementos que nos ofrece el entorno.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer		Saber hacer	Saber ser
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.

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Estrategias pedagógicas: Las estrategias pedagógicas parten de un enfoque multidisciplinar del área y multidimensional, en el cual se busca favorecer un aprendizaje integral del educando desde la dimensión corporal, cognitiva, comunicativa, estética, ética, deportiva, cultural, social, ambiental y lúdica y recreativa. En ese sentido se usarán estrategias pedagógicas diversas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El aprendizaje colaborativo. • El aprendizaje significativo. • El aprendizaje por procesos. • Las adaptaciones curriculares. 	<p>La evaluación es determinante para el proceso formativo del educando, dado que establece logros y metas en el proceso de aprendizaje; estos están atentos a todos los momentos, avances y cambios desde el comienzo hasta el fin del período escolar. Evaluar implica la observación del alumno en sus distintas facetas, etapas y estados, tanto de la personalidad, de sus capacidades y habilidades psicomotrices, como de su comunicación e interacción con los demás, el entorno, los contextos educativos y las situaciones cotidianas. La evaluación está estipulada desde el Decreto 1290 y adaptado en el Sistema Institucional de Evaluación. Esta evaluación debe tener las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participativa: La participación se basa en los principios básicos de la democracia, el diálogo de doble vía que retroalimente el proceso y la

<ul style="list-style-type: none"> • La inclusión escolar. • Ritmos y estilos de aprendizaje. • Desarrollo de inteligencias múltiples. • Disfrute y goce del área. • Aprendizaje por inducción. <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Materiales del aula de deportes (aros, colchonetas, bastones, pelotas, cuerdas, pesas, grabadoras, video Beam entre otros) • Espacios locativos de la institución como canchas, terrazas, patio salón, auditorio, aulas de clase, entre otros.) 	<p>cooperación entre todos los estamentos. La concertación y el respeto por los procesos humanos, tanto individual como colectivamente, es otro de los principios que alimentan esta característica, todo en el alto nivel de formación profesional y ética del educador físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Permanente: Implica un amplio conocimiento del alumno y del contexto social y familiar en el que interactúa. • Integral: Considera a todos los agentes que participan en el proceso educativo; la relación entre los distintos procedimientos y uso de técnicas y métodos apropiados a las características del estudiante, contenidos, actividades y desempeños correspondientes a los procesos de formación. • Flexible: Se adecúa a las características y necesidades de las personas y del medio donde se desarrolla. • Comunicación e Interacción en el área administrativa: Permite ayuda eficaz, como es el caso de las instalaciones físicas y asignación de horarios. Para realizar una evaluación que cumpla con estas características, debe contar con las maneras de avaluar, así: Autoevaluación: Es la valorización que el alumno hace de su propio trabajo, donde refleja, autoestima y autoconocimiento. Coevaluación: Es la que realiza el grupo sobre la labor desempeñada por uno de sus miembros, donde destacan de manera equilibrada aspectos positivos y por mejorar. Heteroevaluación: La realizan agentes externos al individuo. 	
Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Superación

<p>Talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprender el concepto de condición física. • Comprender el concepto de acondicionamiento físico. • Beneficios del acondicionamiento físico. • Problemas de salud asociados al sedentarismo. • Reconocer los tipos de gimnasia y sus modalidades. • Reconocer las reglas del Fútbol. • Reconocer las reglas del Voleibol. • Reconocer las reglas del Ultimate. 	<p>Talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprender el concepto de condición física. • Comprender el concepto de acondicionamiento físico. • Beneficios del acondicionamiento físico. • Problemas de salud asociados al sedentarismo. • Ejercicios para mejorar las capacidades físicas básicas. • Reconocer las capacidades físicas coordinativas. • Reconocer los tipos de gimnasia y sus modalidades. • Reconocer las reglas del Fútbol. • Reconocer las reglas del Voleibol. • Reconocer las reglas del Ultimate 	<p>Talleres</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprender el concepto de condición física. • Comprender el concepto de acondicionamiento físico. • Beneficios del acondicionamiento físico. • Problemas de salud asociados al sedentarismo. • Valoración de la autoestima. • Problemas de salud como la bulimia y la anorexia. • Ejercicios para mejorar las capacidades físicas básicas. • Reconocer las capacidades físicas coordinativas. • Reconocer los tipos de gimnasia y sus modalidades. • Reconocer las reglas del Fútbol. • Reconocer las reglas del Voleibol. • Reconocer las reglas del Ultimate.
---	--	--

1.1. Grado sexto

Área: EDUCACIÓN FÍSICA
Docente(s): LINA MARÍA VILLA RESTREPO
<p>Objetivos: 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</p>
<p>Competencias: Reconoce su potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices. Diferencia las características personales del ser humano y los respeta. Aplica conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices. Realiza pruebas físicas que miden y mejoran su rendimiento Combino técnicas de tensión, relajación, control corporal y gestual. Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física</p>
<p>Competencia transversales: Expreso a nivel deportivo los valores y normas Abadistas Comprendo y aplico el triunfo y la derrota en mi vida diaria Aplico normas de aseo y convivencia, que permiten mi integración en la sociedad</p>

PERIODO 1			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?	Atletismo	<p>Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>Combino diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.</p>	

		<p>Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.</p> <p>Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.</p> <p>Demuestro como las situaciones de juego me ayudan a respetar las condiciones y mejoro las relaciones con mis compañeros.</p> <p>Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p>	
--	--	--	--

Indicadores de desempeño

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

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de	Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el Nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y

los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:

Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.

La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.

Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.

En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros

Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)

Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de

reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.

Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte, Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben

tareas, y promover el descubrimiento guiado.
 A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.
 También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza.

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento, juegos, entre otros).</p> <p>Realización de ejercicios de integración con los demás en actividades recreativas y sociales.</p> <p>Participación en actividades de grupo que conlleven a distinguir las partes de su esquema corporal, su fisiología y los cuidados para realizar la actividad física</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

PERIODO 2

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	Derechos Básicos de Aprendizaje
----------------------------------	-----------------------------	--	--

¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar mis posibilidades de movimiento?	Gimnasia		
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.	Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte	Muestra interés en la adquisición de hábitos y prácticas de higiene corporal, mental y social	

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz</p>

<p>en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	<p>bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p> <p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	---

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento, juegos, entre otros).</p> <p>Realización de ejercicios de integración con los demás en actividades recreativas y</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física.</p>

diferentes elementos. Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física.	sociales. Participación en actividades de grupo que conlleven a distinguir las partes de su esquema corporal, su fisiología y los cuidados para realizar la actividad física	
--	---	--

PERIODO 3			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
Cuál es la relación de la actividad física contemporánea y los hábitos físicos y sociales saludables?	Deporte de conjunto	<ul style="list-style-type: none"> • Comprendo los efectos fisiológicos que mejoran mi condición física y salud corporal y mental. • Identifico la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte. • Relaciono la práctica de la actividad física, las expresiones corporales y los hábitos de vida saludables. • Participo propositivamente en actividades de clase. • Manifiesto la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes • Identifico mis fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable. • Oriento favorablemente la práctica de mi aseo personal, con agrado y de manera natural, expresado mis beneficios y considerando la apreciación de mis compañeros 	
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	

Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social	Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte	Muestra interés en la adquisición de hábitos y prácticas de higiene corporal, mental y social
--	--	---

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos. ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación Física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p> <p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que</p>

<p>juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. ▪ También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza 	<p>realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	---

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física.</p>	<p>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

1.2. Grado séptimo

Área: Educación Física
Docente(s): Lina María Villa Restrepo
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones 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 practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.
Competencias: <ul style="list-style-type: none">• Ejecuta acciones que involucren caminar, correr, saltar, rodar y trepar de manera correcta.• Realiza actividades jugadas que permitan la adecuada práctica de patrones básicos de manipulación.• Cumplirá con las condiciones básicas para realizar la clase de educación física.• Desarrolla la capacidad de comunicación, acción y organización individual y colectiva
Competencia transversales: <ul style="list-style-type: none">• Expreso a nivel deportivo los valores y normas Abadistas• Comprendo y aplico el triunfo y la derrota en mi vida diaria• Aplico normas de aseo y convivencia, que permiten mi integración en la sociedad.

PERIODO 1			
Pregunta Problematizadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA

<p>Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?</p>	<p>Acondicionamiento físico</p>	<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>	
<p>Indicadores de desempeño</p>			
<p>Saber conocer</p>	<p>Saber hacer</p>	<p>Saber ser</p>	
<p>Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.</p>	<p>Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud.</p>	<p>Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria</p>	
<p>Entiende las funciones de los sistemas</p>	<p>Realiza cuadros simples que le</p>		

cardiaco, respiratorio, esquelético y muscular	permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución	
--	---	--

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos. ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p>

<p>capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	<p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	---

Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Reconoce los cambios y 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>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y diferentes deportes</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

PERIODO 2			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA

<p>Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?</p>	<p>Gimnasia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos. • Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de modalidades gimnásticas. • Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices. • Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad. • Participo en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices. • Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute • Comprendo la importancia de utilizar 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>Indicadores de desempeño</p>			

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

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos. ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p>

<ul style="list-style-type: none"> ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	<p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	---

Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Reconoce los cambios y 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>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y diferentes deportes</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

PERIODO 3			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA

¿Cómo me acerco al lenguaje de manera significativa para expresar mis ideas con claridad?	Deporte de conjunto	Producción textual Utilizo, de acuerdo con el contexto, un vocabulario adecuado para expresar mis ideas.	
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo	Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales	Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo musical	

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos. 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase</p>

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	<p>excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p> <p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
---	---

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Reconoce los cambios y 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>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y diferentes deportes</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

1.3. Grado octavo

Área: Educación física
Docente(s): Lina María Villa Restrepo
Objetivos: <ul style="list-style-type: none">• Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.• Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.• Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser
Competencias: <ul style="list-style-type: none">• Realiza actividades en donde está implicado el fortalecimiento de la velocidad, la fuerza, la resistencia y la flexibilidad.• Maneja el concepto de cada una de las capacidades condicionales.• Genera espacios con sus compañeros para el fortalecimiento de valores Cumple con las normas básicas para la realización de la clase de Educación física
Competencia transversales: Expreso a nivel deportivo los valores y normas Abadistas Comprendo y aplico el triunfo y la derrota en mi vida diaria Aplico normas de aseo y convivencia, que permiten mi integración en la sociedad

PERIODO 1			
Pregunta Problematizadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA

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

Indicadores de desempeño

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

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica</p>

pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:

- Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.
- La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.
- Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.
- En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros
- Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)

de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.

Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	
---	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Reconoce los cambios y 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>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y diferentes deportes</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

PERIODO 2

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
<p>Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar</p>	<p>Deporte de conjunto</p>	<p>Realizo procesos regulados de acondicionamiento músculo-esquelético.</p> <p>Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego.</p> <p>Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva.</p> <p>Propongo actividades de grupo y equipo</p>	

		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 de desempeño			
Saber conocer		Saber hacer	Saber ser
Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable		Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute	Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices</p>

<p>permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	<p>específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p> <p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>	
Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de</p>	<p>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y diferentes deportes</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes</p>

<p>diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>		<p>del cuaderno con el tema de la educación física</p>
--	--	--

PERIODO 3			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
<p>¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p>	<p>Acondicionamiento físico</p>	<p>Realizo pruebas que dan cuenta de mis condiciones musculo–esqueléticas.</p> <p>Participo de acciones estratégicas de juego en equipo y grupo.</p> <p>Ejecuto durante el juego acciones técnicas practicadas en clase</p> <p>Ejecuto acciones estratégicas y las relaciono con los resultados de la práctica.</p> <p>Realizo acciones que permitan la aplicación de aquellas condiciones físicas que benefician los resultados de la actividad</p> <p>Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello y me esfuerzo para mejorarlas</p> <p>Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello y me esfuerzo para mejorarlas</p>	

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
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

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores. ▪ La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos. ▪ Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social. 	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p>

<ul style="list-style-type: none"> ▪ En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros ▪ Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?) ▪ Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado. ▪ A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas. <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza</p>	<p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
---	---

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte</p>	<p>Utilización de los patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p> <p>Elaborar u mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física</p>

1.4. Grado noveno

Área: EDUCACIÓN FÍSICA
Docente(s): WALTER RODRÍGUEZ AGUDELO
Objetivos <ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo. • Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto. • Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal
Competencia: <ul style="list-style-type: none"> • Evidencia la importancia de la actividad Física en su quehacer cotidiano • Propone secuencias de movimiento con sus compañeros, que se ajusten a la música. • Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. • Participa en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas. • Combina movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.
Competencia transversales: Respeto, aceptando el triunfo y la derrota en el juego; reconociendo en sus rivales sus virtudes y defectos

PERIODO 1			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y	Danza	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	

alternativas?		<p>corporales alternativas.</p> <p>Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.</p> <p>Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.</p> <p>Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p>	
---------------	--	---	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
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.	Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición</p>

metodológicas para el desarrollo de nuestra área:

Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.

La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.

Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.

En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros

Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)

Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de

humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben

<p>tareas, y promover el descubrimiento guiado.</p> <p>A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.</p>	
--	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas.</p>

PERIODO 2

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
----------------------------------	-----------------------------	--	------------

<p>Cómo fortalecer los hábitos de postura e higiene corporal?</p>	<p>Baloncesto</p>	<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>	
---	--------------------------	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<p>Identifica las formas de la promoción de la salud, postura e higiene corporal</p>	<p>Realiza con eficiencia y agrado las actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable y calidad de vida</p>	<p>Es referente ante el grupo por la práctica regulada y cotidiana de actividad física, orden, aseo y alimentación saludable</p>

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el</p>

Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.

La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.

Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.

En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros

Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)

Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.

A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones,

cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben

<p>repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.</p>	
---	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

PERIODO 3

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
<p>Cuál es la importancia de la práctica de actividades motrices en su salud física y mental?</p>	<p>Deporte de conjunto Voleibol</p>	<p>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..</p>	

		<p>Selecciono actividades que me generen goce y lúdica en mi tiempo de ocio</p> <p>Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.</p>	
--	--	--	--

Indicadores de desempeño

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

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <p>Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.</p> <p>La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden:</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices</p>

que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.

Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.

En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros

Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)

Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.

A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.

También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.

específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben

Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

1.5. Grado décimo

Área: EDUCACIÓN FÍSICA
Docente(s): WALTER RODRÍGUEZ AGUDELO
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales. • Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones. <p>Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo</p>
<p>Competencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evidencia la importancia de la actividad Física en su quehacer cotidiano

- Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas del fútbol.
- Aplica procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.
- Reconoce procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.

Competencia transversales: Respeto, aceptando el triunfo y la derrota en el juego; reconociendo en sus rivales sus virtudes y defectos

PERIODO 1			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo?	FÚTBOL	<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> <p>Construyo y planifico acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.</p> <p>Comprendo la importancia de construir en colectivo los elementos que hacen parte del bienestar de la institución y de la sociedad a la cual pertenezco.</p>	
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer		Saber ser
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

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <p>Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.</p> <p>La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.</p> <p>Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.</p> <p>En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p> <p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A</p>

<p>juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <p>Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)</p> <p>Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.</p> <p>A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.</p>	<p>su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

PERIODO 2			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?	Baloncesto	<p>Selecciono técnicas de 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>Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.</p>	
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer		Saber ser
Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades	Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física		Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <p>Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.</p> <p>La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.</p> <p>Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.</p> <p>En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p>

<p>socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <p>Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)</p> <p>Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.</p> <p>A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.</p>	<p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	---

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

actividad física		
------------------	--	--

PERIODO 3

Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
Cómo reconozco y contribuyo en la construcción de prácticas corporales con deportes de conjunto?	VOLEIBOL	<p>Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</p> <p>Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.</p> <p>Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.</p> <p>Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.</p> <p>Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p>	

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
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.	Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
---	--

Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:

Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.

La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.

Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.

En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además

Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.

Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A

<p>utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <p>Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)</p> <p>Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.</p> <p>A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.</p>	<p>su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	--

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

1.6. Grado undécimo

Área: EDUCACIÓN FÍSICA
Docente(s): WALTER RODRÍGUEZ AGUDELO
Objetivos <ul style="list-style-type: none"> • : Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar. • Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros • Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.
Competencias: <ul style="list-style-type: none"> • Comprende la relación entre salud y actividad física y desde ella realiza su práctica. • Planifica y ejecuta la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. • Elabora su plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. • Aplica sus conocimientos sobre la relación actividad física-pausa- actividad física, en su plan de condición física. • Aplica técnicas y tácticas de prácticas deportivas.
Competencia transversales: Expreso a nivel deportivo, las normas y valores Abadistas Comprendo y aplico el triunfo y la derrota en mi vida diaria. Aplico normas de aseo y convivencia, que permiten mi integración a la sociedad.

PERIODO 1			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Cómo hago parte para la implementación y participación de los	Administración Deportiva y primeros auxilios	Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución. Establezco con los compañeros indicadores	

estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto?		<p>que muestren las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos.</p> <p>Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.</p> <p>Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego</p>	
--	--	--	--

Indicadores de desempeño

Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Diferencia los fundamentos y principios de recreación, lúdica ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales	Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades	

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <p>Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p>

valores.

La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.

Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.

En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros

Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro....), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)

Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.

A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.

También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no

Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.

La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.

En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben

definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.		
Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

PERIODO 2			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo?	Baloncesto	Utilizo técnicas y metodologías que me permitan observar y registrar los cambios físicos y fisiológicos durante la práctica deportiva.	Me intereso en presentar propuestas que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	
Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.	Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades	Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género	

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
<p>Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social , por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <p>Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.</p> <p>La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.</p> <p>Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.</p> <p>En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de</p>	<p>Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p>

<p>juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <p>Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)</p> <p>Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.</p> <p>A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define que hacer con él, como lo utiliza.</p>	<p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
---	---

Planes de mejoramiento continuo

Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

PERIODO 3			
Pregunta Problematicadora	Contenidos temáticos	Ejes de los estándares o lineamientos	DBA
¿Cómo hago parte para la implementación y participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto?	Voleibol	<p>Diseño actividades para desarrollarlas institucionalmente.</p> <p>Preparo presentaciones teórico prácticas, que motiven a la práctica motriz.</p> <p>Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejor</p> <p>Demuestro con evidencias y resultados la importancia de asumir estilos de vida saludables.</p> <p>Hago parte de la construcción del proyecto de vida de mis compañeros</p>	
Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer		Saber ser
Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludable.	Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad		Progresar en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyecta en su contexto

Los recursos y estrategias pedagógicas	Los criterios y estrategias de evaluación
Las condiciones particulares de la educación física permiten y casi obligan a unos procesos metodológicos dinámicos, prácticos y de mucha interacción y aplicación social, por ello nuestra opción pedagógica será la del "SER QUE SE MUEVE", por lo tanto el norte del trabajo educativo son las CONDUCTAS MOTRICES, para ello requerimos asumir una metodología centrada en la participación de	Es pertinente establecer que la evaluación de los aprendizajes en educación física debe superar la concepción tradicional en la que la ejecución técnica de un fundamento deportivo correspondía al único criterio para establecer el nivel de aprendizaje. Si la pretensión de la educación física es la formación de ciudadanos, entonces debe atenderse el principio de la integralidad propio de una verdadera evaluación que se sobreponga a

<p>los estudiantes en su propio proceso educativo y privilegiar al juego como elemento didáctico y transversal de los aprendizajes en Educación Física. Tenemos en cuenta las siguientes estrategias metodológicas para el desarrollo de nuestra área:</p> <p>Conocer el nivel inicial de los alumnos: desarrollo fisiológico, psicológico, de sus distintas capacidades, así como los conocimientos que posee y sus experiencias previas: habilidades y valores.</p> <p>La significatividad de los aprendizajes, es decir que los estudiantes encuentren sentido, relación y aplicación de aquello que aprenden: que sean prácticos, necesarios y útiles; que les permita a su vez crecer como personas. Ello debe evidenciarse en las tareas motrices propuestas, las que se orientarán a crear prácticas y hábitos positivos y duraderos.</p> <p>Búsqueda de la autonomía, es necesario comprender que nuestra práctica pedagógica debe orientarse gradualmente a buscar la autonomía de los alumnos, para que se comprometan con su propio aprendizaje, asuman responsabilidades y tomen decisiones sobre su desarrollo personal y social.</p> <p>En nuestra área propiciamos mucho el desarrollo de las capacidades socio-motrices entre los estudiantes, en tanto que la mayoría de juegos, rondas y deportes son de carácter colectivo, además utilizamos con frecuencia el apoyo de un par (compañero) que alcanzado una mayor competencia motriz para que sea guía de otro de sus compañeros</p> <p>Planteamos tareas semi definidas donde hay situaciones problema (encestar un balón, desplazarse de un lugar a otro...), que el alumno</p>	<p>la de una simple y reducida selección de atletas. Esta debe atender al ser humano en su complejidad.</p> <p>Este aspecto le confiere a la educación física el respeto por la condición humana de los sujetos, apartándose de otras perspectivas donde el cuerpo es cosificado y pensado en términos positivistas. Pensar de esa manera la evaluación es reconocer que la clase se convierte en un escenario diversificado de experiencias, ya no ubicada solo desde el deporte.</p> <p>Por lo tanto, es fundamental indicar que la educación física no debe confundirse con entrenamiento deportivo, en donde se convertiría en una clase excluyente y en donde la valoración de las competencias motrices específicas de la técnica del deporte comprendería otro tipo de miradas, desde el rendimiento deportivo, efectividad y eficiencia del trabajo motriz bajo la perspectiva de competir y rendir para ganarle al otro.</p> <p>La evaluación, como manifiesta López (2000), debe entenderse como un proceso en vez de como un simple resultado, debe ser un proceso de diálogo entre los implicados y no la simple aplicación de exámenes, pruebas o test a los estudiantes; además, dicho proceso busca la comprensión de lo que está ocurriendo, como paso previo y necesario para poder mejorar.</p> <p>En ese sentido, debe darse prioridad a una evaluación formativa que realmente abogue por el mejoramiento de las potencialidades humanas. A su vez, debe ampliarse la concepción de evaluación en una sola dirección: del profesor al estudiante; para reconocer que el profesorado, de manera abierta y democrática, puede propiciar espacios en los cuales sus estudiantes, como sujetos de saber, evalúen las prácticas en las cuales se inscriben</p>
--	---

<p>debe resolver (cuantas maneras, que posibilidades?)</p> <p>Mando directo, acompañado inmediatamente con asignación de tareas, y promover el descubrimiento guiado.</p> <p>A través de rondas, juegos, ejercicios, canciones, demostraciones, repeticiones, imitación, consultas.</p> <p>También empleamos como estrategia de aprendizaje las tareas no definidas o semi definidas cuando los estudiantes practican deporte libre, solo se le entregan materiales y el define qué hacer con él, como lo utiliza.</p>		
Planes de mejoramiento continuo		
Nivelación	Apoyo	Profundización
<p>Diseño de actividades motrices utilizando como base lo visto en las clases y llevarlo a la práctica con la ayuda de sus compañeros, con o sin la utilización de diferentes elementos.</p> <p>Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física</p>	<p>Diseño y dirección de actividades para la clase (calentamiento y juegos entre otros).</p> <p>Realización de movimiento con los demás.</p> <p>Participación en grupos que conlleven a descubrir las partes de su esquema corporal y los cuidados para realizar actividad física.</p>	<p>Elaborar un mapa conceptual utilizando los temas del cuaderno con el tema específico de educación física.</p> <p>Utilización de patrones básicos de locomoción a través de formas jugadas</p>

5. Integración curricular

6. Atención de estudiantes con necesidades educativas especiales

7. Referencias bibliográficas