



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN

NUCLEO EDUCATIVO 917

INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO

Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002, modificada por la resolución 2781 de 2016 de

Secretaria de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018

CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9



Medellin
Cuenta con vos

PLAN DE ESTUDIO POR COMPETENCIAS

COMPONENTE DE FORMACION HUMANA

AREA EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES





IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA

Docente jefe del área de Educación física: Francis Asprilla Bonilla

Docentes integrantes del Área de educación física

DOCENTE	GRADO	INTENSIDAD HORARIA	SEDE
YUDITH MARTINEZ MAXIMILIANA ATEHORTUA	PRIMERO	TRES HORAS	SANTA MARIA GORETTI
SANTIAGO ACEVEDO	SEGUNDO Y TERCERO	TRES HORAS	
PIEDAD MARIN	CUARTO Y QUINTO	TRES HORAS	
ANCIZAR ZULUAGA	SEXTO Y SEPTIMO	DOS HORAS	ALFONSO MORA NARANJO
FRANCIS ASPRILLA	OCTAVO	DOS HORAS	
	NOVENO, DECIMO ONCE	TRES HORAS	
FRANCISCO AGUDELO	CLEI 3, 4, 5, 6	UNA HORA	

1. INTRODUCCIÓN

1. 1. Contexto

Se encuentra ubicada en el barrio Campo Valdés, comuna 4, de la ciudad de Medellín, Departamento de Antioquia, Colombia. La institución tiene como dirección la carrera 48A # 77-67 en su sede principal y en la calle 67 # 48A-32 la sede Santa María Goretti.

La institución educativa Alfonso Mora Naranjo, es un establecimiento educativo oficial creado mediante resolución departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002, que presta sus servicios en los niveles de preescolar, educación básica primaria, secundaria, media académica y técnica y tercera jornada modalidad presencial, ciclo lectivo especial integrado (Clei 3, 4, 5, 6.)

Nuestra comunidad es heterogénea, con diferencias a nivel cultural, étnico, costumbres, estrato y composición familiar, entre otros aspectos se caracteriza por pertenecer a familias monoparentales, en ausencia fundamentalmente del padre; madres cabeza de hogar, en muchos casos la figura del cuidado y autoridad está en la persona de la abuela, en algunos casos los estudiantes están solos en sus casas o al cuidado de sus hermanos menores, viven de la economía informal, su ambiente se desarrolla en presencia de grupos armados; (cabe resaltar el respeto y la valoración por la Institución de parte de la comunidad educativa).

De acuerdo con lo observado del entorno, las principales amenazas para nuestros estudiantes son: la falta de vinculación de los padres a las actividades escolares, la venta y distribución de sustancias psicoactivas en los entornos próximos a las plantas físicas, otro elemento son las bajas condiciones socio económicas de los padres, madres y acudientes.

La Institución se piensa en todo momento desde la promoción de una pedagogía holística que le dé cabida a la inclusión, estimulada por el área de educación física en razón de la diversidad metodológica en el sentido que se tiene en cuenta el desarrollo de competencias motriz, axiológica corporal., pelotas

Se cuenta con recursos e implementos físicos como: Balones de baloncesto, y voleibol, pelotas plásticas, colchonetas, cuerdas, conos, aros, bastones, petos. En cuanto a la planta física: patios 4 canchas de micro fútbol y baloncesto entre las dos sedes.

Las actuales condiciones de vida de nuestros estudiantes y de sus familias requieren por lo tanto, grandes esfuerzos del estado y en especial de la institución con el fin de desarrollar en ellos habilidades y competencias que les permitan mejorar las condiciones motoras actuales

En este contexto, la clase de educación física indiscutiblemente cobra gran importancia, porque en ella se cristalizan los efectos formativos, psicomotrices, higiénicos y socioemocionales; de ahí que ésta deba ser perfectamente planeada y sistemáticamente conducida, con base en los principios pedagógicos y biológicos que garanticen una influencia formativa auténtica.

1. 2. Estado del área

La Institución Educativa Alfonso Mora Naranjo desde el área y las clases educación física, vela por la atención y participación de los estudiantes en el nivel preescolar, educación básica primaria, secundaria, media académica y técnica y tercera jornada modalidad presencial, ciclo lectivo especial integrado (Clei 3, 4, 5, 6.). La clase se convierte en un espacio para el disfrute, el en cuanto con sus pares, y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales. La Institución se caracteriza por tener estudiantes comprometidos, con actitud de participación y apertura frente el área en cada una de las actividades y eventos propuestos. Igualmente el Alfonso Mora Naranjo tiene como fortaleza una planta de docentes especializados en el área específica, comprometidos con los procesos de formación de toda su comunidad discente

Los integrantes del área de Educación Física de la I.e. Alfonso Mora Naranjo entendemos la educación como la influencia que se ejerce sobre la persona, con el fin de ayudarla al desenvolvimiento de sus potencialidades de la manera más amplia y armoniosa posible; este proceso se concibe como una tarea que ha de atender el perfeccionamiento y el desarrollo multilateral del hombre.

En este sentido, la educación física desempeña un papel de gran importancia, dado que utiliza en forma sistemática y metódica el ejercicio físico en sus diferentes modalidades, con el propósito de coadyuvar al desarrollo de las capacidades humanas, tanto en el plano físico motor, como en el psicológico, social y moral; por ello, su participación en el proceso educativo resulta ineludible en cuanto a que no puede aspirarse a una genuina educación y salud integral sin el concurso enriquecedor de la misma.

Para todo ello es necesario que el sistema educativo considere un mayor número de clases de educación física a la semana, para que favorecer el crecimiento y desarrollo del educando de tal forma que genere un beneficio significativo.

Dada la importancia de la Educación Física el objetivo central es aportar recursos que contribuyan en la formación y en la tarea técnico-pedagógica del educador físico, como un profesional consciente de la magnitud del fenómeno educativo a través del movimiento y plenamente facultado para dirigir y estimular el proceso de enseñanza-aprendizaje en el ámbito de la educación física.

De acuerdo con la Ley 115 de 1994, el área de educación física, recreación y deportes origina uno de los fines de la educación colombiana, una de las áreas fundamentales del currículo (artículo 23) y además constituye un proyecto pedagógico transversal (artículo 14).

Desde un punto de vista integrador del área se concibe, como unidad, como proceso permanente de formación personal y social, cuya esencia es el sentido pedagógico en función del desarrollo humano. No se trata de un currículo que comprenda de manera aislada el deporte y la recreación pues desde el punto de vista educativo, ellos son pilares y se integran en la educación física. A ella corresponde ubicarlos unas veces como medios, otras como fines, otras como prácticas culturales. Por lo tanto cuando se habla de educación física, desde la perspectiva de formación humana y social, están contenidos el deporte y la recreación, si bien cada uno puede jugar funciones distintas en el proceso de formación. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundante de la educación física, el deporte es una práctica cultural que puede caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto y el significado educativo que se le asigne.

El énfasis en los procesos de formación y el desarrollo de competencias, asigna al deporte, la recreación, el juego, la gimnasia y otras manifestaciones de la cultura física el carácter de prácticas culturales que pueden ser medios, objetos, actividades o fines de la acción educativa en donde la multiplicidad y la interrelación son constantes.

1. 3. Justificación

Las niñas, niños, jóvenes y adolescentes, son una clase de población altamente vulnerables, pues por su edad requieren de una atención permanente, personalizada e incluso planeada que garantice óptimos resultados; pero en realidad son muchas las dimensiones que están en juego, por ejemplo, la física, la cognitiva, la psicológica, la espiritual entre otras, por ello se hace mucho más compleja la atención en cuanto que la primera infancia necesita de un núcleo familiar que responda a dichas expectativas, al igual que un sistema educativo que ayude en esa formación integral a la que todo individuo (niño: primaria, joven: secundaria. y adulto: clei) debe llegar.

En proyecto educativo institucional, propende en todo propende momento la inclusión y desarrollo formativo e integral de los estudiantes en el proceso de enseñanza y aprendizaje, por eso, el área educación física, recreación y el deporte, busca que los estudiantes desde el nivel preescolar hasta el Clei VI del ciclo lectivo especial integrado, en todo momento participen de ello, por lo anterior, la Educación Física, la recreación y el deporte de base proporciona a las niñas, niños, jóvenes y adultos (Primaria, secundaria, Clei) herramientas fundamentales tanto cognitivas, como físicas, volitivas y emocionales; por lo tanto es fundamental su desarrollo desde sus primeros años de vida, ya que apunta básicamente al desarrollo del cuerpo, de las capacidades físicas, habilidades y destrezas y al proceso de socialización e integración con el entorno; pero también es necesario el desarrollo de otras dimensiones del desarrollo humano que en la edad escolar se requieren para contribuir a la formación de seres íntegros y autónomos, capaces de enfrentar los grandes retos en el medio actual.

La niñez sin importar cuales sean sus condiciones de sexo, estrato social, raza o cultura tiene derecho a la recreación, al sano esparcimiento, al aprovechamiento del tiempo libre y por supuesto a la práctica de la educación física, el deporte y la recreación; por lo tanto la institución educativa debe propender por garantizar de manera oportuna y eficaz el desarrollo de programas educativos que faciliten su formación.

Es así como se hace necesario que la Educación Física responda efectivamente a lo establecido en los lineamientos curriculares establecidos por el Ministerio de Educación Nacional, se le garantice oportunamente la clase con una adecuada intensidad y duración para todos.

De esta manera la Educación Física se convierte en el espacio pertinente para facilitar en las niñas el desarrollo de sus capacidades físicas básicas y especiales, las cuales son necesarias para la vida, como son: el equilibrio, la coordinación, la fuerza, la velocidad, la agilidad, la direccionalidad y la lateralidad. Contribuyendo al desarrollo cognitivo: la agilidad mental, la atención, el óptimo rendimiento académico, el aumento de la comprensión lectora y el desarrollo de la memoria; en lo social: posibilita procesos de integración y socialización y en lo espiritual, genera goce y bienestar personal.

La Educación Física intencionada en la búsqueda del bienestar individual y colectivo, implica una reflexión teórica y sobre la práctica, desde referentes centrados en el desarrollo humano y en la complejidad con una perspectiva orientada hacia la consecución de la formación del ser humano en su totalidad.

La Educación Física de esta manera tiene la finalidad del perfeccionamiento de las facultades de movimiento de la persona; sin olvidar las mutuas dependencias entre los diversos factores de la conducta humana general, en aras de un equilibrio para el desarrollo personal.

De esta manera se puede entender que la Educación Física, la recreación y el deporte es un asunto integral en la cual interactúan todas las dimensiones, capacidades y esferas del ser humano. La intencionalidad del desarrollo del área se centra en la búsqueda de una Educación Física que trascienda los fines y objetivos de aprendizaje centrados en el desarrollo de habilidades y capacidades motrices, pero es necesario que extienda sus beneficios en bien de las esferas del ser humano.

En la actualidad es demasiado importante resaltar y reconocer el papel que cumple el plan de estudios del área en la estructura del currículo como mecanismo que permite planear y organizar el desarrollo del proceso educativo que nos incluye en la actualidad; el cual debe ser un mecanismo estructurado y sobretodo consciente para así alcanzar las metas del acto educativo, que debe conllevar a una formación integral de los educandos atendiendo a los presentes y futuros retos que nos depara sociedad actual.

Para que la educación física, la recreación y deporte trascienda se deben realizar cambios de conciencia y acatar las exigencias del entorno, del ambiente y de los seres que allí interactúan; por lo tanto se requiere que sea una práctica social que contribuya a la formación integral de la persona, en sus dimensiones: cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal y lúdica. Se debe entonces propender por el desarrollo de un plan integral del área que privilegie el desarrollo humano y social de la persona, a través del desarrollo de competencias que le faciliten a la persona la adquisición de conocimiento, el acceso a la cultura, y a la adquisición de valores para vivir en sociedad.

La educación física por lo tanto propende por satisfacer las necesidades de los estudiantes de preescolar, educación básica primaria, secundaria, media académica y técnica y tercera jornada modalidad presencial, ciclo lectivo especial integrado (Clei 3, 4, 5, 6.), a nivel de su desarrollo motriz, cognitivo, intelectual, axiológico y expresivo corporal; Se busca que los integrantes en mención participen de las actividades entendiendo estos no solo como una forma de mantener el cuerpo, sino también para estimular los sentidos a través del aprendizaje corporal, juegos y demás actividades que hagan o se conviertan en hábitos cotidianos para su vida.

2. REFERENTE CONCEPTUAL

2. 1. Fundamentos lógico-disciplinares del área

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:

- Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.

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

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

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

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

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

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

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

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

Es necesario tener claridad que las actividades de Tiempo Libre y Jornada Complementaria ofertadas a los estudiantes obedecen a la continuación y el fortalecimiento de aquellas prácticas que el docente implementa en el área, con la finalidad de afianzar de manera intencionada aquellos asuntos

relacionados con la formación de los niños y jóvenes, tales como: expresiones y técnicas motrices, valores, convivencia, estilos de vida saludables y generación de una cultura del cuidado propio, del otro y del entorno, propiciando una calidad de vida y ambientes sanos para la ciudad.

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

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

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

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

Por lo tanto, la educación física de hoy se convierte en un área real, producto de una evolución, en donde la historia, las competencias, los saberes y las experiencias de los docentes son puestos a prueba en la cotidianidad escolar. el desarrollo del presente plan de área propende por la reflexión y el pensamiento crítico y creativo, que cada vez se cualifica más alrededor del que hacer del maestro y la participación del estudiante. Para lograr lo anterior se asumen las orientaciones de orden pedagógico, académico, investigativo y legal emanados entre otros documentos los indicados en el componte 2. 3. Resumen de normas técnico legales.

2.2 Fundamentos pedagógicos–didácticos.

La educación es un proceso cambiante que se ajusta a las dinámicas sociales. No hay concepto de educación que con el tiempo permanezca. Establecemos esta afirmación para reconocer que la educación física también está mediada por esas dinámicas, además de otras connotaciones de

carácter teórico y epistemológico. Desde esa última consideración, en atención a los aportes y conceptos de otras disciplinas como antropología, psicología, biología, sociología y la misma pedagogía (saber fundante) se observan diferentes acepciones y prácticas alrededor de la educación física (Uribe, 2007).

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

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

La escuela es, entonces, un lugar privilegiado para que niños, niñas y jóvenes se reconozcan como sujetos por medio de la motricidad que posibiliten la transformación del contexto social y que promuevan aspectos propios de la existencia como “la identidad, la interacción, la inclusión, la interculturalidad, el respeto, la resistencia, el control, la vinculación, la transformación, la diferenciación, la autonomía, la visibilización, 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 ayudara 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”.
- “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).

2.3 Resumen de las normas técnico – legales

Las principales en relación con el área de Educación física, recreación y deporte y las cuales se tienen en cuenta en este plan de estudio son:

La Constitución Política de Colombia de 1991 en su artículo 67.

Ley 115 de 1994 artículo 14, modificado por la ley 1029 de 2006. Título II. De la recreación, aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. Art. 5, 6, 7, 8 y 9. Título III. De la educación física art. 10, 11, 12,13 y 14. Título IV. Del deporte

Decreto 1860 de 1994 (lineamientos organizacionales y pedagógicos).

Ley 934 de 2004. Por medio de la cual se oficializa la política del desarrollo nacional de la educación física.

Decreto 2247 de 1997 (educación preescolar).

Decreto 3011 del 19 de diciembre de 1997

Decreto 1290 de 2009 (currículo, evaluación y promoción).

Ministerio de Educación Nacional. (2002). Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación. Bogotá: MEN.

Ministerio de Educación Nacional. (2010). Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: MEN.

Ley 181 de enero de 1995, por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema Nacional del Deporte.

El proyecto pedagógico transversal: tiempo libre

Expedición Currículo: Documento N° 11. El plan de Área de Educación Física, Recreación y Deportes. Alcaldía de Medellín. Secretaría de Educación.

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”.
- “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”.

Decreto 3011 del 19 de diciembre de 1997 (Clei) sobre educación para adultos en el que entre otras disposiciones contempla: Artículo 2: La educación de adultos es el conjunto de procesos y de acciones formativas organizadas para atender de manera particular las necesidades y potencialidades de las personas que por diversas circunstancias no cursaron niveles grados de servicio público educativo, durante las edades aceptadas regularmente para cursarlos o de aquellas personas que deseen mejorar sus aptitudes, enriquecer sus conocimientos y mejorar sus competencias técnicas y profesionales.

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.

3. OBJETIVOS DEL ÁREA.

3. 1. Objetivo general.

Contribuir con la formación integral del individuo mediante la el conocimiento y comprensión de los aspectos básicos de funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y decisiones personales, y valorar los beneficios que suponen los hábitos del ejercicio físico de las practicas y habilidades motrices de la higiene y una alimentación equilibrada así como llevar una vida sana.

3. 2. Objetivos específicos.

Valorar la higiene y la salud del propio cuerpo.

Conocer y ejercitar del propio cuerpo, mediante la práctica y utilización de la educación física, la recreación y deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

Formar para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.

3. 3. Objetivos por nivel.

3. 3. 1. Nivel educación básica: Ciclo primaria.

3. 3. 2. 1. Objetivo general.

Valorar de la higiene y la salud del propio cuerpo.

Conocer y ejercitar el propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física la recreación y deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

Formar para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.

3. 3. 2. 2. Objetivos específicos.

Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos. y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.

Explorar, identificar y manifestar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.

Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.

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

3. 3. 3. Nivel educación básica: ciclo secundariA, y ciclo lectivo especial integrado 3, 4.

3. 3. 3. 1. Objetivo general.

Valorar la salud y los hábitos relacionados con ella.

Conocer y ejercitar el propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física la recreación y deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

Formar para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.

3. 3. 3. 2. Objetivos específicos.

Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física.

Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.

Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.

Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria.

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

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.

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.

3. 3. 4. Nivel educación media académica y ciclo lectivo especial integrado 5. 6.

3. 3. 4. 1. Objetivo general.

La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.

Conocer y ejercitar el propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física la recreación y deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

Formar para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.

3. 3. 4. 2. Objetivos específicos.

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

Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.

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

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.

Nivel educación básica y media académica: tercera jornada.

Objetivo general

Promover la apropiación y recreación de los elementos de la cultura nacional y universal, a partir del desarrollo de los diferentes saberes del conocimiento, para hacer visible la satisfacción de sus necesidades fundamentales que permita una efectiva participación en la vida social, a través de procesos formales equiparables a los niveles del sistema educativo regular

Objetivos específicos:

Promover el desarrollo ambiental, social y comunitario, fortaleciendo el ejercicio de una ciudadanía moderna, democrática y tolerante, de la justicia, la equidad de género, los derechos humanos y el respeto a las características y necesidades de las poblaciones con barreras para el aprendizaje y la participación.

Contribuir mediante alternativas flexibles y pertinentes, a la formación científica y tecnológica que fortalezcan el desarrollo de conocimientos, destrezas y habilidades relacionadas con las necesidades del mundo laboral y la producción de bienes y servicios.

Desarrollar actitudes y valores que estimulen la creatividad, la recreación, el uso del tiempo libre y la identidad nacional.

Propiciar oportunidades para la incorporación de jóvenes y adultos en procesos de educación formal, no formal e informal destinados a satisfacer intereses, necesidades y competencias en condiciones de equidad.

Recuperar los saberes, las prácticas y experiencias de los adultos para que sean asumidas significativamente dentro del proceso de formación integral que brinda la educación de adultos.

4. MALLA CURRICULAR

GRADO PRIMERO

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física		GRADO: Primero	PERIODO ACADÉMICO: Primero
OBJETIVO DE GRADO:				
Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.				
Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal.				
Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Busco posibilidades de movimiento con mi	El cuerpo y sus partes.	Pregunta problematizadora:	Conceptual:

	<p>cuerpo a nivel global y segmentario.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento en conexión con pequeños elementos y sin ellos.</p>	<p>Formas básicas de movimiento.</p> <p>Pequeños elementos.</p>	<p>¿Qué siente mi cuerpo cuando exploro el movimiento?</p> <p>Preguntas orientadoras: ¿Qué partes tiene mi cuerpo?</p>	<p>Reconoce en compañeros y láminas diferentes partes que conforman su esquema corporal.</p> <p>Dibuja en diferentes elementos su cuerpo y señala las partes que lo integran.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Ejecuta las formas de caminar, correr y saltar en diferentes planos y espacios de la escuela.</p> <p>Realiza los movimientos y gestos propios del manejo de los pequeños elementos deportivos.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Demuestra con sus actuaciones respeto por su cuerpo y el de sus compañeros.</p> <p>Practica normas de higiene y cuidado personal en las actividades escolares.</p>
Expresiva corporal.	<p>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.</p>	<p>Las Normas y cumplimiento.</p> <p>Juego y dinámicas con pequeños elementos.</p>	<p>¿Cómo son las partes de mi cuerpo?</p> <p>¿Dónde se ubican las partes de mi cuerpo?</p> <p>¿Qué actividades puedo hacer con la cuerda fuera de saltar?</p> <p>¿Qué juegos puedo realizar con pequeños elementos?</p>	
Axiológica corporal.	<p>Realizo las orientaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</p>	<p>La hidratación en la clase.</p> <p>La Higiene y cuidados corporales.</p>	<p>¿Cómo aseo mi cuerpo diariamente?</p> <p>¿Cómo debe ser la hidratación en la clase?</p>	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	<p>Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda</p>	<p>Construcción y creatividad</p>	<p>¿Qué ropa debo utilizar para la clase?</p> <p>¿Qué cuidados debo tener con el sol?</p>	

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Primero	PERIODO ACADÉMICO: Segundo	
OBJETIVO DE GRADO:				
Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.				
Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal.				
Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Exploro y realizo movimientos con mi cuerpo en concordancia con diferentes posibilidades de ritmos y juegos corporales.	Lateralidad. Coordinación óculo manual. Coordinación óculo pédica. Ajuste postural. Equilibrio en altura.	Pregunta problematizadora: ¿Qué expreso con mi cuerpo? Preguntas orientadoras: ¿Qué entendemos por	Conceptual: Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos. Nombra y diferencia las formas básicas de coordinación óculo manual y óculo

			lateralidad?	<p>pédica y las ubica en relación a su cuerpo.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Exploro posibilidades de movimiento siguiendo diferentes percepciones rítmicas.</p> <p>Realiza posturas corporales armoniosas en estado de quietud o en movimiento.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo.</p> <p>Demuestra entusiasmo al compartir con sus compañeros.</p>
Expresiva corporal.	Exploro y vivencio prácticas de danza y expresión corporal guiada y espontánea.	La percepción rítmica.	<p>¿Para qué nos sirve la lateralidad?</p> <p>¿Cómo utilizo los lados de mi cuerpo?</p>	
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.	Las normas y acuerdos de la clase.	<p>¿Qué es la coordinación?</p> <p>¿Cómo se realiza la coordinación óculo manual?</p> <p>¿Cómo se hace la coordinación óculo pédica?</p>	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.	Futbol sala.		

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Primero	PERIODO ACADÉMICO: Tercero
OBJETIVO DE GRADO:			

<p>Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal.</p> <p>Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física.</p>				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a modalidades gimnásticas.</p>	<p>La ubicación espacial.</p> <p>Las formas básicas de movimiento.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Nombra y reconoce las formas básicas del movimiento y las ubica en relación al espacio.</p> <p>Identifica diferentes formas de posturas y posiciones.</p>
Expresiva corporal.	<p>Exploro movimientos gimnásticos y espontáneos con diferentes ritmos musicales</p>	<p>El cuerpo y sus propios ritmos.</p> <p>El cuerpo y los ritmos musicales.</p> <p>Las posturas y posiciones.</p>	<p>¿Cómo me muevo con objetos en el espacio?</p> <p>¿Qué son las formas básicas de movimiento?</p> <p>¿Qué es caminar, correr y saltar?</p>	<p>Procedimental:</p> <p>Practica diferentes formas de posturas en diferentes espacios.</p> <p>Experimenta con su cuerpo la producción de diferentes sonidos.</p>

Axiológica corporal.	Manifiesta agrado por la participación en juegos y actividades gimnásticas coherentes con mi edad y desarrollo.	Montaje de Juegos y rondas.	¿Cómo se mueve mi cuerpo con diferentes ritmos musicales? ¿Qué movimientos puedo imitar con la música?	Actitudinal: Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo. Demuestra responsabilidad en el cuidado de su cuerpo y del entorno.
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones. Juegos y actividades en conjunto.	Construcción y creatividad. Juegos de conjunto.		

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Primero	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto
--	-------------------------------------	-----------------------	----------------------------------

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

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	-----------------	--------------------------------	-----------------------------	---------------------------------

<p>Motriz</p>	<p>Realizo juegos y actividades propuestas que posibilitan la expresión de mis habilidades físicas.</p> <p>Juego y desarrollo mis actividades siguiendo las orientaciones que se me dan.</p>	<p>El juego y las variantes</p> <p>El juego con pequeños elementos.</p> <p>Las direcciones espaciales y temporales.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo puedo divertirme con mis compañeros?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Qué es un juego?</p>	<p>Compara e idéntica las posibilidades físicas y motrices puestas en escena durante las actividades realizadas en clase.</p> <p>Identifica y nombre los elementos que utiliza en las clases.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Propone gestos dancísticos y prácticas corporales cotidianas, desde las habilidades físicas propias de su etapa de desarrollo.</p>
<p>Expresiva corporal.</p>	<p>Reconozco mis propios gestos y los de mis compañeros a través de representaciones corporales, bailes y juegos en parejas y pequeños grupos.</p>	<p>Juegos propuestos por los estudiantes.</p> <p>Expresiones y gestos del cuerpo.</p>	<p>¿Qué juegos podemos practicar en la escuela?</p> <p>¿Qué es un gesto?</p> <p>¿Qué gestos puedo hacer con mi cuerpo?</p>	<p>Se desplaza por el espacio cumpliendo con el control del pequeño elemento.</p>
<p>Axiológica corporal.</p>	<p>Identifico mis capacidades y reconozco la de mis compañeros.</p> <p>Valoro el esfuerzo individual y grupal de la actividad realizada.</p>	<p>Creación de juegos.</p>	<p>¿Qué gestos podemos hacer en equipo?</p> <p>¿Qué gestos puedo hacer al desplazarme?</p> <p>¿cuáles gestos se pueden hacer</p>	<p>Actitudinal:</p> <p>Se divierte y participa reconociendo y aplicando las condiciones de las actividades, al realizar las practicas</p>

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.	Trabajo aeróbico.	jugando con pequeños elementos'	planteadas. Es respetuoso de las normas propuestas en cada actividad.
---	--	-------------------	---------------------------------	--

GRADO SEGUNDO

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: segundo	PERIODO ACADÉMICO: Primero
--	-------------------------------------	-----------------------	-----------------------------------

OBJETIVO DE GRADO:

Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.

Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.

Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.

COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Identifico variaciones en mi respiración,	Movimiento de cada parte de mi cuerpo.	Pregunta problematizadora:	Conceptual:

	<p>pulsaciones cardíacas y sudoración en diferentes actividades físicas.</p> <p>Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.</p>	<p>Los juegos y las rondas.</p> <p>El sudor y la hidratación.</p>	<p>¿Cómo se mueve mi cuerpo en los juegos y las rondas?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p>	<p>Identifica las variaciones que presenta su cuerpo en la respiración y el pulso producto juegos en clase</p> <p>Procedimental:</p>
Expresiva corporal.	<p>Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.</p>	<p>El pulso</p> <p>Manejo de la soga.</p> <p>Coordinación óculo manual.</p> <p>Juego con pelotas</p>	<p>¿Qué partes de tu cuerpo puedes mencionar?</p> <p>¿Cuáles partes de tu cuerpo quedan en las extremidades superiores y cuáles en la extremidad inferior?</p>	<p>Ejecuta los juegos y rondas con ajuste postural apropiado.</p> <p>Actitudinal:</p>
Axiológica corporal.	<p>Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.</p>	<p>Normas y acuerdos en clase.</p>	<p>¿En qué posiciones se puede colocar mi cuerpo?</p> <p>¿Qué es un juego? ¿Qué es una ronda?</p> <p>¿Qué le ocurre a mi cuerpo</p>	<p>Cumple las normas e indicaciones dadas en cada clase.</p>

<p>Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.</p>	<p>Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda</p>	<p>Construcción y creatividad.</p>	<p>cuando juego?</p> <p>¿Qué le pasa al cuerpo cuando practico las rondas?</p> <p>¿Por qué se altera mi pulso y la respiración cuando practico juegos o rondas?</p> <p>¿Qué es el sudor?</p> <p>¿Qué es la hidratación?</p> <p>¿Por qué sudamos cuando jugamos o practicamos rondas?</p> <p>¿Qué debemos hacer cuando sudamos?</p> <p>¿En qué momento me debo hidratar?</p>	<p>Se integra con facilidad a los juegos y actividades físicas.</p> <p>Propone juegos y ejercicios para realizar por equipos.</p>
--	---	------------------------------------	---	---

<p>AREA: educación física, recreación y deportes</p>	<p>ASIGNATURA: educación física</p>	<p>GRADO: Segundo</p>	<p>PERIODO ACADÉMICO: Segundo</p>
---	--	------------------------------	--

<p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <p>Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.</p> <p>Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.</p>

Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar la actividad de clase y la recuperación al finalizar la actividad física. Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.	La independencia segmentaria. Coordinación óculo manual y óculo pédica (dirección, distancia y altura). Equilibrio (altura y profundidad). Percepción rítmica(rondas estribillos)	Pregunta problematizadora: ¿Qué cambios percibo en mi cuerpo con actividades motrices? Preguntas orientadoras: ¿Qué es un segmento? ¿Qué es un segmento corporal? ¿Cuáles segmentos corporales	Conceptual: Identifica las reacciones y cambios en su cuerpo producto de la actividad física. Establece diferencias entre la coordinación óculo manual y óculo pédica. Identifica los movimientos propios de sus segmentos corporales.
Expresiva corporal.	Reconozco los cambios corporales y fisiológicos propios y el de los demás.			Procedimental:

<p>Axiológica corporal.</p>	<p>Coopero con la participación y atención de las orientaciones para sentir mi cuerpo y el de mis compañeros.</p>		<p>reconoces en tu cuerpo?</p> <p>¿Qué diferencia hay entre coordinación óculo manual y óculo pédica?</p> <p>¿Para qué me sirve la coordinación óculo pédica y óculo manual?</p>	<p>Explora diferentes posturas corporales conservando el equilibrio en altura y profundidad.</p> <p>Ejecuta en forma adecuada las rondas y estribillos propuestos en la clase.</p>
<p>Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.</p>	<p>Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.</p>		<p>¿Por qué debo mejorar mi equilibrio?</p> <p>¿En qué forma puedo practicar el equilibrio?</p> <p>¿Cómo expreso el ritmo de mi cuerpo?</p> <p>¿Con cuáles partes de mi cuerpo se percibe el ritmo?</p>	<p>Desarrolla juegos y actividades de coordinación óculo manual y óculo pédica en diferentes distancias, alturas y direcciones.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Participa propositivamente en los juegos, actividades individuales y colectivas propuestas en la clase.</p> <p>Aplica las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</p>

<p>AREA: educación física,</p>	<p>ASIGNATURA: educación física</p>	<p>GRADO: Segundo</p>	<p>PERIODO ACADÉMICO: Tercero</p>
---------------------------------------	--	------------------------------	--

recreación y deportes				
OBJETIVO DE GRADO:				
Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.				
Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.				
Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Exploro la práctica de diferentes juegos individuales y grupales.	Juegos de pared y de piso.	Pregunta problematizadora: ¿Qué siente mi cuerpo a través del juego individual y grupal? Preguntas orientadoras: ¿Qué es un juego grupal? ¿Qué cambios presenta tu	Conceptual: Define con sus palabras el significado de juego. Explica las características que tienen los juegos de piso y de pared. Reconoce los cambios que presenta la
Expresiva corporal.	Exploro gestos y expresiones motrices en diferentes actividades. Identifico variaciones en mi respiración y sistema	La respiración El sudor. El juego y los cambios fisiológicos. El corazón y su		

	cardiaco en diferentes actividades físicas.	funcionamiento.	cuerpo? ¿Qué observas de nuevo en tu cuerpo? ¿Qué es la respiración? ¿Qué es la sudoración? ¿Por qué cambian los latidos del corazón? ¿Cómo se pone mi cuerpo con el cansancio?	respiración en estado de reposo y con ejercicio. Procedimental: Explica por medio de juegos activos los cambios respiratorios producidos en su cuerpo. Compara los cambios fisiológicos de su cuerpo y el de los compañeros a través del juego individual y grupal. Vivencia los cambios producidos por el corazón cuando realiza ejercicios. Actitudinal: Se integra en forma propositiva a los juegos y actividades lúdicas. Asume con respeto las correcciones y observaciones en la clase.
Axiológica corporal.	Identifico mis habilidades y posibilidades motrices cuando me esfuerzo en la actividad física.	El respeto y la clase. Lúdica y recreación.		
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones. Juegos y actividades en conjunto.	Creación, juego y actividades de conjunto.		

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Segundo	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto	
OBJETIVO DE GRADO:				
Explorar formas básicas del movimiento en relación a diferentes situaciones y contextos.				
Descubrir las diferentes emociones del ser individual y social a través del movimiento y la expresión corporal.				
Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Aplico orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene durante el desarrollo de la actividad física.</p> <p>Participo en juegos de acuerdo con mis preferencias y posibilidades del contexto</p>	<p>Los hábitos saludables y la actividad física.</p> <p>La velocidad.</p> <p>Juegos predeportivos con pequeños elementos.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cuáles son mis hábitos de vida saludable en la actividad física y el juego?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Expresa en forma verbal los hábitos de vida saludable practicados en la clase.</p> <p>Habla de los beneficios que tiene la hidratación para el cuerpo.</p> <p>Representa por medio de imágenes hábitos de higiene practicados</p>

	escolar.			cotidianamente.
Expresiva corporal.	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. Respeto el cuerpo y los espacios físicos de mis compañeros.	La hidratación. Las actividades físicas y su clasificación. La expresión rítmica.	¿Qué son hábitos de vida saludable? ¿Qué es la actividad física? ¿Qué es la hidratación? ¿Por qué debemos hidratarnos en las actividades físicas? ¿Qué es la nutrición? ¿Cómo debemos alimentarnos durante las actividades físicas? ¿Qué es la higiene? ¿Por qué debemos practicar la higiene durante las actividades físicas?	Procedimental: Ejecuta carreras de velocidad conservando la direccionalidad. Practica hábitos saludables en su relación con los compañeros.
Axiológica corporal.	Atiendo las indicaciones del profesor y ejecuto las actividades de acuerdo a ellas.	La nutrición y la forma de alimentarnos. La higiene y la forma de practicarla.		Actitudinal: Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.	Trabajo aeróbico.	¿Qué es el juego y cómo puedo jugar? ¿Qué es el respeto corporal? ¿Cómo práctico el respeto por mi cuerpo en las clases?	Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales. Demuestra compromiso y entusiasmo en las actividades prácticas.

GRADO TERCERO

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Tercero	PERIODO ACADÉMICO: Primero	
OBJETIVO DE GRADO:				
Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.				
Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.				
Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas.</p> <p>Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas</p>	<p>Movimiento de cada parte de mi cuerpo.</p> <p>Los juegos y las rondas.</p> <p>El sudor y la hidratación.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo se mueve mi cuerpo en los juegos y las rondas?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las variaciones que presenta su cuerpo en la respiración y el pulso producto juegos en clase</p> <p>Procedimental:</p>

	corporales.		¿Qué partes de tu cuerpo puedes mencionar?	<p>Ejecuta los juegos y rondas con ajuste postural apropiado.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Cumple las normas e indicaciones dadas en cada clase.</p> <p>Se integra con facilidad a los juegos y actividades físicas.</p> <p>Propone juegos y ejercicios para realizar por equipos.</p>
Expresiva corporal.	Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.	<p>El pulso</p> <p>Manejo de la sogá.</p> <p>Coordinación óculo manual.</p> <p>Juego con pelotas</p>	<p>¿Cuáles partes de tu cuerpo quedan en las extremidades superiores y cuáles en la extremidad inferior?</p> <p>¿En qué posiciones se puede colocar mi cuerpo?</p>	
Axiológica corporal.	Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.	Normas y acuerdos en clase.	<p>¿Qué es un juego? ¿Qué es una ronda?</p> <p>¿Qué le ocurre a mi cuerpo cuando juego?</p> <p>¿Qué le pasa al cuerpo cuando practico las rondas?</p> <p>¿Por qué se altera mi pulso y la respiración cuando practico</p>	

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda	Creatividad y construcción.	juegos o rondas? ¿Qué es el sudor? ¿Qué es la hidratación? ¿Por qué sudamos cuando jugamos o practicamos rondas? ¿Qué debemos hacer cuando sudamos? ¿En qué momento me debo hidratar?	
---	--	-----------------------------	--	--

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Tercero	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
--	-------------------------------------	-----------------------	-----------------------------------

OBJETIVO DE GRADO: Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro. Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición, higiene y convivencia para el adecuado desarrollo de la actividad física.	<p>Juegos con la colchoneta.</p> <p>Trabajo gimnástico en colchoneta (volteo y giros).</p> <p>Equilibrio posición invertida en colchoneta.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿En qué contribuye el movimiento y la actividad física de mi cuerpo a la calidad de vida?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Qué es el calentamiento?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica y diferencia las prácticas de gimnasia en colchoneta con volteos y giros.</p> <p>Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable de la escuela.</p> <p>Define con sus palabras las posibilidades de uso de la colchoneta.</p>
Expresiva corporal.	Exploro y coordino las posibilidades de mis movimientos con diferentes situaciones de la clase.	<p>El calentamiento.</p> <p>Los estiramientos.</p>	<p>¿Para que realizamos el calentamiento?</p>	<p>Procedimental:</p> <p>Conserva el equilibrio estático al ejecutar posiciones invertidas sobre</p>

<p>Competencia axiológica corporal.</p>	<p>Manifiesto interés por la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.</p>	<p>Normas de higiene y salud en la clase de educación física.</p> <p>La convivencia en la vida escolar.</p> <p>Cuidados con mi cuerpo.</p>	<p>¿Qué son los estiramientos?</p> <p>¿Para qué sirven los estiramientos?</p> <p>¿Qué ejercicios puedo realizar en colchonetas?</p> <p>¿Qué cuidados y normas debo tener en cuenta en el trabajo en colchonetas?</p> <p>¿Qué podemos hacer en la colchoneta?</p> <p>¿Qué son volteos en colchoneta?</p> <p>¿Cómo se ejecutan los volteos en la colchoneta?</p> <p>¿Qué es el equilibrio en posición invertida?</p> <p>¿Cómo se realiza la posición</p>	<p>colchoneta.</p> <p>Propone diferentes posturas a partir de la posición de cuadrupedia.</p> <p>Actitudinal</p> <p>:</p> <p>Sigue orientaciones y demostraciones del profesor en las prácticas de colchoneta para una ejecución correcta.</p> <p>Muestra interés y compromiso en las actividades prácticas e investigativas</p> <p>Practica normas de higiene y hábitos saludables en las clases de educación física.</p> <p>Acata las observaciones preventivas para el cuidado de su cuerpo.</p>
--	--	--	--	--

			<p>invertida en la colchoneta?</p> <p>¿Por qué se deben practicar normas y hábitos de higiene?</p> <p>¿Qué hábitos de higiene prácticas en tus clases de educación física.</p>	
--	--	--	--	--

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Tercero	PERIODO ACADÉMICO: Tercero
--	-------------------------------------	-----------------------	-----------------------------------

<p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <p>Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</p> <p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.</p>
--

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	-----------------	-------------------	-----------------------------	---------------------------------

		CONOCIMIENTO		
Motriz	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.	Las habilidades motrices y sus características. Actividades y dinámicas sobre las habilidades motrices. Coordinación óculo manual y coordinación óculo pédica	Pregunta problematizadora: ¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego? Preguntas orientadoras: ¿Qué son las habilidades motrices?	Conceptual: Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego. Reconoce la ubicación postural adecuada a cada ejercicio Procedimental:
Expresiva corporal.	Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo.	Las posturas y la posibilidad de ejecución. Actividades físicas.	¿Cómo puedo practicar las habilidades motrices? ¿Qué posturas puedo tener con mi cuerpo?	Utiliza las habilidades motrices básicas para resolver las situaciones de juego que se le presentan. Ejecuta los saltos en la cuerda con una adecuada coordinación dinámica.
Axiológica corporal.	Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me esfuerzo en la actividad física.	Capacidades y actividad física.	¿Qué actividades soy capaz de realizar en la clase?	Realiza con precisión los movimientos de lanzar y atrapar a diferentes
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones.	Creatividad, juego..		

	Juegos y actividades en conjunto.		¿Cómo puedo mostrar mi expresión corporal?	<p>distancias.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Valora las habilidades motrices básicas propias y respeta las de sus compañeros.</p> <p>Respeto y cumple las normas y compromisos propios de cada actividad.</p>
--	-----------------------------------	--	--	---

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Tercero	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto
<p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <p>Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</p> <p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p> <p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.</p>			
	Motriz		

COMPETENCIAS	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física pausa - actividad física.</p> <p>Comparto mis cambios y mejoras de los gestos motrices y fisiológicos con mis compañeros de clase.</p>	Cambios fisiológicos, el juego y la actividad física	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cuáles son los cambios fisiológicos cuando juego?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Qué es la fisiología?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego.</p> <p>Reconoce la ubicación postural adecuada a cada ejercicio</p> <p>Procedimental:</p>
Expresiva corporal.	<p>Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p> <p>Hago seguimiento a los cambios corporales y fisiológicos de mi cuerpo.</p>	La fisiología, Juegos pre deportivos.	<p>¿Qué es un cambio fisiológico?</p> <p>¿Cómo observo en mi cuerpo los cambios fisiológicos?</p>	<p>Utiliza las habilidades motrices básicas para resolver las situaciones de juego que se le presentan.</p> <p>Ejecuta los saltos en la cuerda con una adecuada coordinación dinámica.</p>

Axiológica corporal.	Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios y apporto al trabajo de mis compañeros de clase.	El uso adecuado del tiempo libre. El autocuidado en las clases de educación física.	¿Qué es la actividad física? ¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando juego? ¿Cómo me siento cuando practico actividad física?	Realiza con precisión los movimientos de lanzar y atrapar a diferentes distancias. Actitudinal: Valora las habilidades motrices básicas propias y respeta las de sus compañeros. Respeto y cumple las normas y compromisos propios de cada actividad.
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.	Aeróbicos.		

GRADO CUARTO

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Cuarto	PERIODO ACADÉMICO: Primero
OBJETIVO DE GRADO: 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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</p> <p>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</p> <p>Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</p> <p>Analizo diversas situaciones de juego y</p>	<p>La actividad física.</p> <p>El juego por equipos</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Qué será la actividad física?</p> <p>¿Cómo se puede practicar la actividad física?</p> <p>¿Cuáles ejercicios favorecen la</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las actividades que lo llevan a mejorar su actividad física en la clase de educación física.</p> <p>Explora las características que tiene el juego por equipos.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas para favorecer mi actividad física.</p>

	doy respuesta a ellas.		actividad física?	Actitudinal: Aplico con respeto las normas propuestas para cada clase. Practico hábitos de higiene y salud en mis actividades escolares.
Expresiva corporal.	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Los ejercicios y la salud. La respiración y la salud.	¿Qué ejercicios y juegos mejoran mi salud?	
Axiológica corporal.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.	Higiene y cuidados corporales. Normas y cumplimiento.	¿En qué momento se deben hacer los ejercicios para que ayuden a mi salud? ¿Por qué es importante la respiración? ¿Cuál es el proceso correcto para respirar?	

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda	Creatividad.	¿Cómo contribuye la respiración a la buena salud? ¿Cómo aseo mi cuerpo diariamente? ¿Cómo debe ser la hidratación en la clase? ¿Qué ropa debo utilizar para la clase? ¿Qué cuidados debo tener con el sol?	
---	--	--------------	--	--

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Cuarto	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
--	-------------------------------------	----------------------	-----------------------------------

OBJETIVO DE GRADO: 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	Motriz		
	Expresiva corporal		

Axiológica corporal				
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.</p> <p>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</p> <p>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p>	<p>Experiencias atléticas.</p> <p>Las capacidades físicas.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿En qué consisten las experiencias atléticas?</p> <p>¿Qué experiencias atléticas puedo practicar en la clase de educación física?</p> <p>¿Para qué me sirven las experiencias atléticas?</p> <p>¿En qué consisten las capacidades físicas?</p> <p>¿Cuáles son las capacidades</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos propuestos.</p> <p>Menciono las características propias de los juegos pre deportivos.</p> <p>Menciono las normas que debo tener en cuenta en la clase de educación física.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Expresa con lenguaje verbal y no verbal su participación en las actividades</p>
Expresiva corporal.	<p>Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no</p>	<p>Los juegos pre deportivos y las normas.</p>	<p>¿En qué consisten las capacidades físicas?</p> <p>¿Cuáles son las capacidades</p>	<p>Expresa con lenguaje verbal y no verbal su participación en las actividades</p>

	verbal.		físicas?	propuestas.
Axiológica corporal.	Decido mi tiempo de juego y actividad física.	Normas de higiene y salud en la clase de educación física	<p>¿Qué capacidades físicas debo practicar?</p> <p>¿Cómo puedo ejercitar las capacidades físicas?</p> <p>¿Qué son los juegos pre deportivos?</p> <p>¿Qué normas tienen los juegos pre deportivos?</p>	<p>Participa de los juegos. pre deportivos trabajando en equipo con sus compañeros.</p> <p>Ejecuta coreografías propias de bailes tradicionales.</p>
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.	Fútbol sala	<p>¿Cómo puedo practicar juegos pre deportivos</p> <p>¿Por qué se deben practicar normas y hábitos de higiene?</p> <p>¿Qué hábitos de higiene prácticas en tus clases de educación física?</p>	<p>Actitudinal:</p> <p>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades atléticas.</p> <p>Acepto y pongo en práctica las reglas y normas propuestas para los juegos.</p> <p>Practica normas de higiene y hábitos saludables en las clases de educación</p>

				física.
--	--	--	--	---------

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Cuarto	PERIODO ACADÉMICO: Tercero
--	-------------------------------------	----------------------	-----------------------------------

<p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <p>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal</p>

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	-----------------	--------------------------------	-----------------------------	---------------------------------

<p>Motriz</p>	<p>Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.</p> <p>Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.</p>	<p>Los juegos pre deportivos.</p> <p>El baloncesto.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Qué prácticas corporales me permiten potencializar el trabajo en equipo?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>Cómo puedo mostrar mi expresión corporal?</p> <p>¿Qué es una secuencia rítmica?</p> <p>¿Qué ejercicios se pueden hacer en una secuencia rítmica?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Indaga por conceptos propios de los juegos pre deportivos.</p> <p>Consulta y expone elementos propios de la secuencia rítmica y los bailes.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Asocia los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales.</p> <p>Presenta coreografías rítmicas a partir de una secuencia de movimientos.</p> <p>Actitudinal:</p>
<p>Expresiva corporal.</p>	<p>Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.</p>	<p>La secuencia rítmica.</p> <p>El baile y los ritmos</p>	<p>¿Qué debo hacer para recuperarme después de las prácticas de educación física?</p>	<p>Valora y le da más importancia a su cuerpo.</p>

Axiológica corporal.	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.	Recuperación y mi condición física.	<p>¿Qué es un ritmo musical?</p> <p>¿Cómo puedo practicar los ritmos musicales?</p>	<p>Muestra interés por las orientaciones previas de la clase.</p> <p>Se expresa con confianza en las prácticas de la clase.</p> <p>Realiza con entusiasmo las actividades en su cuaderno.</p>
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones. Juegos y actividades en conjunto.	Creatividad,, bastones		

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Cuarto	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto
--	-------------------------------------	----------------------	----------------------------------

OBJETIVO DE GRADO:

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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	Juegos pre deportivos al voleibol.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo expreso mediante el juego que acepto y quiero mi cuerpo?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cuáles juegos pre deportivos conocen del voleibol?</p> <p>¿Cómo se practica el voleibol?</p> <p>¿Qué reglas tiene el voleibol?</p> <p>¿Por qué se presentan variaciones en la respiración?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices individuales y de grupo.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Propone momentos de juego en el espacio escolar.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo.</p> <p>Asume actitud colaborativa con sus compañeros.</p>
Expresiva corporal.	Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del	La respiración relacionada con la actividad física y la	¿Por qué cambia la respiración	

	cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal.	relajación. Los ejes corporales y su aplicación a secuencias de movimientos.	con la actividad física y la relajación? Qué normas debo tener en cuenta al practicar actividad deportiva?	
Axiológica corporal.	Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.	El respeto y cuidado por mi cuerpo. Las normas y reglas propias de actividades deportivas.	¿Qué son hábitos de comportamiento saludable? ¿Qué son los ejes corporales?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.	Trabajo aeróbico.	¿Cómo aplico los 3 ejes corporales en una secuencia de movimientos?	

GRADO QUINTO

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Quinto	PERIODO ACADÉMICO: Primero	
OBJETIVO DE GRADO:				
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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	Las capacidades físicas. Control corporal	Pregunta problematizadora: ¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?	Conceptual: Diferencia las características que tienen las capacidades físicas. Expresa a nivel escrito los cambios que se producen en el cuerpo con el

	<p>Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</p> <p>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p>		<p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Qué son las capacidades físicas?</p> <p>¿Cuáles son las capacidades físicas?</p> <p>¿Para qué sirven las capacidades físicas?</p> <p>¿Cómo se pueden desarrollar las capacidades físicas?</p>	<p>ejercicio.</p> <p>Habla de los hábitos de higiene que se deben practicar cotidianamente.</p> <p>Reconoce los cambios fisiológicos producidos en su cuerpo por la actividad física.</p> <p>-</p> <p>Procedimental:</p> <p>Ejecuta acciones motrices para desarrollar las capacidades físicas.</p> <p>Realiza ajuste postural en la manipulación de pequeños elementos.</p> <p>Aplica las formas básicas de movimiento a las prácticas deportivas.</p> <p>Explica por medio de juegos y actividades lúdicas los cambios fisiológicos producidos en su cuerpo.</p> <p>Actitudinal:</p>
Expresiva corporal.	<p>Identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.</p>	Los cambios fisiológicos.	<p>¿Qué son los cambios fisiológicos?</p> <p>¿Cómo se manifiestan los cambios fisiológicos con el ejercicio?</p>	
Axiológica corporal.	<p>Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.</p>	Higiene y cuidados corporales.		

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda	Creatividad cuerdas	<p>¿Cuáles cambios fisiológicos observas que se producen en la clase de educación física?</p> <p>¿Cómo debe ser la hidratación en la clase?</p> <p>¿Qué ropa debo utilizar para la clase?</p>	<p>Realiza las actividades físicas actuando con respeto de su cuerpo.</p> <p>Practica hábitos de higiene y cuidados corporales.</p>
---	--	---------------------	---	---

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Quinto	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
--	-------------------------------------	----------------------	-----------------------------------

OBJETIVO DE GRADO:

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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo.</p> <p>Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Reconozco a mis compañeros como constructores del juego.</p>	<p>La condición física.</p> <p>Las carreras de relevos y obstáculos.</p> <p>Microfútbol</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Qué podemos decir sobre la condición física?</p> <p>¿Cómo debemos trabajar la condición física?</p> <p>¿Para qué se debe trabajar la condición física?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Reconoce las diferentes condiciones físicas en las prácticas corporales.</p> <p>Identifica los cambios que se producen en su condición física a raíz del ejercicio.</p> <p>Reconoce las normas propias del microfútbol.</p> <p>Procedimental:</p>
Expresiva corporal.	<p>Reconozco e implemento movimientos y decisiones de juego y actividad física.</p>	<p>Ejercicios gimnásticos en la colchoneta.</p>	<p>¿Qué ejercicios se deben practicar para mejorar la condición física?</p> <p>¿Cómo puedo practicar el</p>	<p>Practica y muestra interés por mejorar su condición física en las actividades escolares.</p>

<p>Axiológica corporal.</p>	<p>Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales.</p>	<p>Normas de higiene y salud en la clase de educación física.</p>	<p>microfútbol? ¿Qué reglas se deben tener en cuenta para practicar microfútbol? ¿Cuál es la forma correcta de correr? ¿Qué ejercicios me ayudan a correr mejor?</p>	<p>Realiza ejercicios y juegos que le lleven a vivenciar las carreras, los relevos y los obstáculos. Aplica las reglas a las prácticas deportivas individuales y de grupo.</p>
<p>Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.</p>	<p>Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.</p>	<p>Fútbol sala</p>	<p>¿Qué son carreras de relevos y obstáculos? ¿Cómo se hacen las carreras de relevos y obstáculos? ¿Qué son los ejercicios</p>	<p>Reconoce y practica diferentes juegos y actividades físicas con reglas sencillas, desarrollando su condición física. Actitudinal: Disfruta de las vivencias y experiencias</p>

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.		gimnásticos? ¿Qué normas se tienen para el trabajo en colchonetas? ¿Cómo ejecuto ejercicios en la colchoneta? ¿Por qué se deben practicar normas y hábitos de higiene? ¿Qué hábitos de higiene prácticas en tus clases de educación física?	practicadas en la colchoneta. Practica normas de higiene y hábitos saludables en las clases de educación física.
---	--	--	---	---

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Quinto	PERIODO ACADÉMICO: Tercero
--	-------------------------------------	----------------------	-----------------------------------

<p>OBJETIVO DE GRADO:</p> <p>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</p> <p>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</p> <p>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</p>
--

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal

Axiológica corporal				
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella.</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</p>	<p>Juegos baloncesto.</p> <p>La respiración y las técnicas.</p> <p>La relajación.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cómo puedo mostrar mi expresión corporal?</p> <p>¿Cómo me puedo comunicar con mis compañeros cuando juego?</p> <p>¿Por qué es importante la respiración?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las reglas propias de la práctica del baloncesto.</p> <p>Identifica los cambios que se producen en la respiración a raíz del ejercicio.</p> <p>Diferencia los estados de relajación y tensión del cuerpo.</p> <p>Identifica el valor de la condición física para la práctica del baloncesto.</p> <p>Elabora informes escritos sobre actividades ejecutadas en clase.</p> <p>Procedimental:</p>
Expresiva corporal.	Realizo secuencias de movimientos con	Formas de comunicación.		

	pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.	El ritmo y la secuencia de movimientos	¿Cómo debemos practicar la relajación?	Practica los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.
Axiológica corporal.	Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente.	Los hábitos y actividades saludables. Normas de autocuidado personal.	¿Qué hábitos y actividades saludables practico en la clase de educación física? ¿Cómo ejecuto secuencias de movimientos con ritmo y pequeños elementos? ¿Cuál es la forma adecuada para cuidar y respetar mi cuerpo y el	Aplica las técnicas de respiración en los juegos y actividades deportivas. Expresa por medio de la música secuencia de movimientos corporales. Actitudinal: Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones. Juegos y actividades en conjunto.	Creatividad bastones.	de mis compañeros.	<p>otros.</p> <p>Demuestra entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p> <p>Aplica las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</p> <p>Atiende las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.</p>
---	--	-----------------------	--------------------	---

AREA: educación física, recreación y deportes	ASIGNATURA: educación física	GRADO: Quinto	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto
--	-------------------------------------	----------------------	----------------------------------

OBJETIVO DE GRADO:

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	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.</p> <p>Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</p>	<p>Trabajo coreográfico.</p> <p>Jugando balón mano</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo valoro mi condición física y su importancia para la salud e interacción con los demás?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las etapas que tiene el montaje de una coreografía.</p> <p>Menciona las normas propias del juego de balón mano.</p>
Expresiva corporal.	<p>Identifico como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado; y de esta manera como afecto la relación con los demás.</p>	<p>Importancia del juego en la vida escolar.</p> <p>Juegos propuestos para clase.</p> <p>Aprovechamiento del tiempo.</p>	<p>¿Qué actividades y juegos puedo proponer para hacer?</p> <p>¿Cuáles juegos practico con mis compañeros?</p> <p>¿Cómo aprovecho el tiempo de juego?</p>	<p>Reconoce la importancia que tiene el juego en su vida escolar.</p> <p>Explica las características y condiciones de juegos propuestos.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Participa de forma activa en las diferentes expresiones motrices</p>

<p>Axiológica corporal.</p>	<p>Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y su aporte para mi salud.</p>	<p>Las emociones en el juego.</p> <p>Los cambios emocionales percibidos por el cuerpo.</p>	<p>¿Qué emociones percibo cuando juego?</p> <p>¿Cómo se afecta mi cuerpo por las emociones (alegría tristeza, depresión, ofuscado...)?</p>	<p>mejorando la interacción con los demás.</p> <p>Aplica los aprendizajes vistos en presentación coreográfica.</p> <p>Propone juegos y actividades lúdicas para el aprovechamiento del tiempo.</p>
<p>Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.</p>	<p>Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.</p>	<p>Ritmo.</p>	<p>¿Qué hago cotidianamente para mejorar mi condición física y salud?</p>	<p>Expresa por medio de sus movimientos corporales los cambios emocionales.</p> <p>Actitudinal:</p>
				<p>Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud.</p> <p>Acepta con agrado las observaciones y recomendaciones sobre su condición física.</p> <p>Valora y reconoce sus desempeños obtenidos en sus prácticas.</p>

GRADO SEXTO - CLEI3

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO: Sexto. CleI 3	PERIODO ACADÉMICO: Primero. Primero	
OBJETIVO DE GRADO : Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones. Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	Plan de área expedición currículo. Tipos de evaluación. Los movimientos del cuerpo El calentamiento físico. El ejercicio físico.	Pregunta problematizadora: ¿De qué manera la actividad física mejora mi calidad de vida?	Conceptual: Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social

	<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>Posiciones básicas: Movimientos cíclicos y acíclicos. Capacidades físicas:.. Condición física. Test y pruebas físicas.</p>	<p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Conozco la relación del nuevo plan de área, expedición currículo y su relación con el mejoramiento de la calidad de vida?</p> <p>¿Identifico la forma de evaluar del profesor?</p> <p>¿Identifico y acomodo mi cuerpo a las características generales de las posiciones básicas del cuerpo humano?</p> <p>¿Practico la posición adecuada en diferentes formaciones dentro de clase y a nivel institucional?</p> <p>¿Puedo realizar un calentamiento sin explicación del profesor?</p> <p>¿Cómo se realiza un buen calentamiento?</p> <p>¿Cuáles son las fases de un calentamiento?</p> <p>¿Cuáles son los diferentes tipos de movimientos del cuerpo</p>	<p>Procedimental:</p> <p>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.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludables.</p>
Expresiva corporal.	<p>Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>Técnicas de expresión corporal. Emociones. Juego. Actividad física.</p>		
Axiológica corporal.	<p>Comprendo que la</p>	<p>Calidad de vida.</p>		

	práctica física se refleja en mi calidad de vida.	Hábitos de vida saludable.	humano?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.	Propuestas de prácticas deportivas.	<p>¿Agrupo los ejercicios físicos en cíclicos y acíclicos?</p> <p>¿Puedo aplicar las características de los movimientos a ejercicios físicos?</p> <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>¿Identifico mi condición física?</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</p>	

			<p>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>	
--	--	--	--	--

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO:	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
		Sexto / Clei 3	Primero

OBJETIVO DE GRADO :

Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física.
 Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.
 Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Ejecuto espontáneamente mis	Gimnasia, movimientos corporales y gestuales,	Pregunta problematizadora:	Conceptual:

	<p>movimientos corporales y gestuales en las condiciones espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización.</p> <p>Reconozco mis posibilidades y condiciones propias y externas para la exploración de las variedades gimnásticas y expresiones motrices.</p> <p>Comprendo y reconozco los conceptos de mis capacidades físicas, que me permiten elegir y participar en actividades y juegos que las ponen en práctica.</p>	<p>condiciones espaciales, manejo de objetos e implementos, condiciones físicas, expresiones motrices, capacidades físicas, actividades lúdicas, el juego, actividad deportiva expresiones rítmicas, expresiones corporales posibilidades gimnásticas, tiempo libre, actividad motriz, acciones gimnásticas básicas,</p> <p>Valores sociales.</p>	<p>¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar mis posibilidades de movimiento?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Ejecuto espontáneamente mis movimientos corporales y gestuales en las condiciones espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización?</p> <p>¿Reconozco mis posibilidades y condiciones propias y externas para la exploración de las variedades gimnásticas y expresiones motrices?</p> <p>¿Comprendo y reconozco los conceptos de mis capacidades físicas, que me permiten elegir y participar en actividades y juegos que las ponen en práctica?</p>	<p>Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Ejecuta y explora acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Disfruta realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás.</p>
Expresiva corporal.	<p>Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.</p>	<p>Expresiones rítmicas y motrices. Expresiones corporales.</p>	<p>¿Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas?</p>	
Axiológica corporal.	<p>Comprendo la importancia de utilizar mi</p>	<p>Tiempo libre.</p>		

	tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida.		¿Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase	Respeto por la norma de juego.	¿Describo coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas? ¿Ejecuto y exploro acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas? ¿Disfruto realizando actividades físicas y juegos como medio para interactuar con los demás?	

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO:	PERIODO ACADÉMICO:
		Sexto.	tercero
		Clei 3	Dos

OBJETIVO DE GRADO :
Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física.
Manifiestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.
Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.

COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Realizo secuencias de movimiento individual y en parejas, con duración y cadencia preestablecidas.</p> <p>Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual.</p> <p>Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física.</p> <p>Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.</p> <p>Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del</p>	<p>Movimientos, individual y parejas, duración, cadencia, técnicas de tensión, relajación, control corporal, control gestual, el calentamiento, la recuperación, actividad física, equidad, el juego, las reglas, ritmo, expresión corporal, salud física y social.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Realizo secuencias de movimiento individual y en parejas, con duración y cadencia preestablecidas?</p> <p>¿Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual?</p> <p>¿Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física?</p> <p>¿Contribuyo a la conformación</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Comprende la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Comparto mi disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones interpersonales.</p> <p>Asumo compromisos de grupo, que propicie mejores ambientes de</p>

	juego.		equitativa de los grupos de juego?	aprendizaje.
Expresiva corporal.	Ajusto mis movimientos al de mis compañeros y al ritmo de la música. Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo.	Ritmo, expresión corporal, trabajo en parejas y grupo.	¿Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego? ¿Ajusto mis movimientos al de mis compañeros y al ritmo de la música?	
Axiológica corporal.	Identifico mis posibilidades de expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social.	Expresión corporal, salud física, y social.	¿Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo? ¿Identifico mis posibilidades de expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Utiliza en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal el amor por el deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida.	Fútbol sala y actividades complementarias.		

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO: Sexto.	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto /
		Clei 3	Dos

OBJETIVO DE GRADO :

Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física.
 Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.
 Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Comprendo los efectos fisiológicos que mejoran mi condición física y salud corporal y mental.</p> <p>Identifico la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.</p>	<p>Actividad física, hábitos de vida saludable, efectos fisiológicos, condición física, salud, normas y condiciones de juego y deporte, expresión corporal, aseo personal, higiene</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>Cuál es la relación de la actividad física contemporánea y los hábitos físicos y sociales saludables?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Relaciona la actividad física y deportiva como un recurso para adquirir hábitos de vida saludables.</p> <p>Procedimental:</p>

	Relaciono la práctica de la actividad física, las expresiones corporales y	corporal.	Preguntas orientadoras: ¿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,	Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte. Actitudinal: Muestra interés en la adquisición de hábitos y prácticas de higiene corporal, mental y social.
Expresiva corporal.	Participo propositivamente en actividades de clase. Manifiesto la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes.	Actividades corporales y juegos.		
Axiológica corporal.	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.	Fortalezas y aspectos a mejorar, practicas físicas. Prácticas de aseo personal y beneficios.		
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Asumo las actividades de la educación física en sus proyectos pedagógicos,	Hábitos de higiene, vida sedentaria, el estrés.		

	como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria, el estrés, los conflictos intrafamiliares.		expresado mis beneficios y considerando la apreciación de mis compañeros?	
--	--	--	---	--

GRADO 7 –CLEI 3

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO: Séptimo.	PERIODO ACADÉMICO: Primero.
		Clei 3	Tres.

OBJETIVO DE GRADO :

Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria

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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO

		CONOCIMIENTO		
Motriz	<p>Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos.</p> <p>Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de modalidades gimnásticas.</p> <p>Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices.</p> <p>Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad.</p> <p>Participo en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para</p>	<p>Plan de área expedición currículo. Tipos de evaluación.</p> <p>Desplazamientos, Condición física. Ejercicio físico. Pruebas físicas. Los movimientos del cuerpo humano.. El calentamiento físico. El ejercicio físico. Posiciones básicas. Movimientos. Capacidades físicas: Pruebas físicas.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos?</p> <p>¿Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración del ejercicio físico?</p> <p>¿Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices?</p> <p>¿Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad?</p> <p>¿Participo en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia deportiva, rítmica y artística.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Ejecuta sistemáticamente acciones gimnásticas como hábito de vida saludable.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Disfruta, motiva y posibilita la realización de actividades gimnásticas de manera individual y del grupo.</p>

	conocer mis posibilidades corporales y motrices.		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?	
Expresiva corporal.	Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute	Movimientos. Armonía, ritmos, interrelaciones espacio tiempo, pequeños implementos.	¿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?	
Axiológica corporal.	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.	Calidad de vida. Hábitos de vida saludable	Conocimientos previos que de no tener claro el alumno se deben implementar de nuevo: ¿Conozco la relación del nuevo plan de área, expedición currículo y su relación con el mejoramiento de la calidad de vida?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas	Practicas deportivas..	¿Identifico la forma de evaluar del profesor? ¿Identifico y acomodo mi cuerpo a las características generales de las posiciones básicas del cuerpo	

	deportivas.		<p>humano?</p> <p>¿Practico la posición adecuada en diferentes formaciones dentro de clase y a nivel institucional?</p> <p>¿Puedo realizar un calentamiento sin explicación del profesor?</p> <p>¿Cómo se realiza un buen calentamiento?</p> <p>¿Cuáles son las fases de un calentamiento?</p> <p>¿Cuáles son los diferentes tipos de movimientos del cuerpo humano?</p> <p>¿Agrupo los ejercicios físicos en cíclicos y a cíclicos?</p> <p>¿Puedo aplicar las características de los movimientos a ejercicios físicos?</p>	
--	-------------	--	---	--

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO: Séptimo.	PERIODO ACADÉMICO: Segundo.
---	---	------------------------	------------------------------------

		Clei 3	Tres	
OBJETIVO DE GRADO :				
Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria				
Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.				
Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.				
Entender la importancia práctica física en la formación personal como hábito de vida saludable individual y social				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas. Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y	Comunicación corporal, secuencias de movimiento, ritmos, duración cadencia, coordinación, segmentos corporales, manejo de objetos, condiciones físicas, actividad física,	Pregunta problematizadora: ¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales? Preguntas orientadoras:	Conceptual: Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo. Procedimental: Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales.

	<p>objetos.</p> <p>Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo.</p>	<p>emociones.</p>	<p>¿Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas?</p> <p>¿Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos?</p>	<p>Actitudinal:</p> <p>Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo musical.</p>
<p>Expresiva corporal.</p>	<p>Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música.</p> <p>Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones al grupo.</p>	<p>Ajuste corporal, ritmo, expresiones corporales y gestuales, manifestación de ideas y emociones.</p>	<p>¿Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo?</p> <p>¿Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música?</p> <p>¿Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones al grupo?</p>	
<p>Axiológica corporal.</p>	<p>Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas.</p>	<p>Fortalezas, y condiciones físicas, actividad física, ritmo, trabajo en parejas y en grupos.</p>	<p>¿Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas?</p>	

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase	Respeto por la norma de juego.		
---	---	--------------------------------	--	--

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO: Séptimo.	PERIODO ACADÉMICO: Tercero /
		Clei 3.	Cuarto.

OBJETIVO DE GRADO :				
Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria.				
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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	-----------------	-------------------	-----------------------------	---------------------------------

		CONOCIMIENTO		
Motriz	<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>Actividades físicas, las cualidades motrices, cambios fisiológicos, regulación de respuestas en el sistema cardio respiratorio, respuestas motoras, sistemas fisiológicos, el juego, cambios corporales, motrices y fisiológicos, atención, concentración, calidad de vida, valores, ética, convivencia</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?</p> <p>Preguntas orientadoras:</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 encuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardio respiratorio?</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</p>	<p>Conceptual:</p> <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>Procedimental:</p> <p>Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud.</p> <p>Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.</p>
Expresiva corporal.	<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</p>	<p>Juego, actividad física, compartir, cambios corporales, motrices y fisiológicos, atención concentración.</p>		

	y concentración durante otras clases en el aula.		fisiológicos?	
Axiológica corporal.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.	Práctica física, calidad de vida, valores y su importancia, ética y convivencia	¿Soy consciente de los resultados de mi atención y concentración durante otras clases en el aula?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Utiliza en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal el amor por el deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida.	Futbol sala y actividades complementarias.	¿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?	

AREA: Educación Física, Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física, Recreación y Deporte	GRADO:	PERIODO ACADÉMICO:
		Séptimo.	Cuarto
		Clei 3	Cuarto

OBJETIVO DE GRADO :

Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria.

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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Practico actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p> <p>Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</p> <p>Respeto los espacios empleados por mis compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Practico actividades y comparto con mis</p>	<p>Actividades físicas, alternativas y contemporáneas, tolerancia, disfrute, juego, respeto, manejo espacial.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo optimizo y disfruto de los espacios para la práctica de actividades físicas propuestas en clase y las preferidas por el grupo?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>Practico actividades físicas alternativas y contemporáneas.</p> <p>Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica con claridad las actividades que se adaptan a diferentes espacios y condiciones ofrecidas para la práctica motriz.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Práctica y participa de las diversas actividades, conservando el manejo espacial.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Asume de forma eficiente el respeto, el cuidado de los espacios y el compartir</p>

	compañeros, adaptando los espacios		el juego para contribuir a su desarrollo.	con sus compañeros.
Expresiva corporal.	<p>Relaciono mis emociones en concordancia con las situaciones de juego y los espacios dispuestos para su práctica.</p> <p>Tengo en cuenta las disposiciones espaciales y las comparto con facilidad y gusto.</p>	Juego, actividad física, compartir, cambios corporales, motrices y fisiológicos, atención concentración.	<p>Respeto los espacios empleados por mis compañeros para sus propias prácticas.</p> <p>Practico actividades y comparto con mis compañeros, adaptándolos espacios que la institución me ofrece.</p> <p>Relaciono mis emociones en concordancia con las situaciones de juego y los espacios dispuestos para su práctica.</p>	
Axiológica corporal.	Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.	Comprensión, práctica física, calidad de vida, valores y su importancia, ética y convivencia	<p>Tengo en cuenta las disposición espacial es y las comparto con facilidad y gusto.</p> <p>Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.</p>	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Asumo las actividades de la educación física en sus proyectos pedagógicos, como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria, el estrés, los conflictos	Hábitos de higiene y vida sedentaria, el estrés.	<p>Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.</p>	

	intrafamiliares.			
--	------------------	--	--	--

GRADO OCTAVO - CLEI 4

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Octavo	PERIODO ACADÉMICO: Primero
		Clei 4	Primero

OBJETIVO DE GRADO :

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	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional.	Cualidades físicas.	Pregunta problematizadora: ¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales desde la aplicación adecuada de la técnica y los gestos	Conceptual: Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico. Procedimental:

	<p>Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.</p> <p>Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas.</p> <p>Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.</p>		<p>motrices propios de cada actividad?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cómo se define cada una de las cualidades físicas?</p> <p>¿Por qué es importante diferenciar las cualidades físicas?.</p> <p>¿Cómo se fortalecen cada una de las cualidades físicas?</p> <p>¿Cómo se manifiestan las cualidades físicas en la práctica del ejercicio?</p>	<p>Practica de forma habitual y regulada actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.</p>
Expresiva corporal.	<p>Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>expresiones motrices,</p>	<p>¿Cómo incide la práctica regular de actividad física en bienestar para nuestra salud?</p> <p>¿Cómo se manifiestan las expresiones motrices?</p>	
Axiológica corporal.	<p>Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social.</p>	<p>Diferentes test para cada una de las cualidades físicas.</p>	<p>¿Cómo se relacionan las cualidades físicas con las expresiones motrices?</p>	

Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.	Prácticas deportivas.	¿Por qué realizar test para medir cada una de las cualidades físicas?	
---	--	-----------------------	---	--

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO:	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
		Octavo Clei 4	Primero

OBJETIVO DE GRADO :

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	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Selecciono movimientos que generen amplitud, destreza y autonomía de movimientos.	Danzas, baile expresiones motrices, capacidades coordinativas.	Pregunta problematizadora: ¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión	Conceptual: Consulta y argumenta temas relacionados con el ritmo y las expresiones motrices.

	<p>Ejecuto movimientos en concordancia con ritmos y objetos seleccionados.</p> <p>Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.</p>		<p>motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué es importante conocer los ritmos folklóricos de cada una de las regiones de Colombia?</p> <p>¿Cuales son las manifestaciones culturales de cada una de las regiones colombianas?</p>	<p>Procedimental:</p> <p>Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social.</p>
Expresiva corporal.	Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente.	Esquemas corporales	<p>¿Qué movimientos se adaptan a las danzas representativas de algunas regiones?</p> <p>¿Para qué diferenciar algunas palabras claves en las danzas folklóricas?</p>	
Axiológica corporal.	Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.	Sentimientos y emociones.	<p>¿Por qué es importante identificar los departamentos, y cultura de cada una de las regiones folklóricas colombianas?</p> <p>¿Qué aportes recibo en mi formación personal a través de las prácticas dancísticas?</p>	
Proyecto de tiempo libre:	Fomento los valores y	Respeto por la norma de		

arte y movimiento.	normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase	juego.	<p>¿Qué diferencias se encuentran entre las danzas folklóricas y el baile moderno?</p> <p>¿Cómo realizar montajes coreográficos?</p> <p>¿Cómo se manifiestan las expresiones motrices a través de la danza?</p>	
---------------------------	---	--------	---	--

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Octavo Clei 4	PERIODO ACADÉMICO: Tercero segundo
--	--	-----------------------------------	--

OBJETIVO DE GRADO:

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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Realizo procesos regulados de	Deporte, preparación y salud física.	Pregunta problematizadora:	Conceptual:

	<p>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>¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cómo el deporte contribuye al mejoramiento de la salud?</p> <p>¿Por qué se hace importante la práctica deportiva?</p>	<p>Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Participa en las actividades deportivas pro- puestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.</p> <p>Actitudinal:</p>
Expresiva corporal.	<p>Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo.</p>	Trabajo en equipo	<p>¿Cómo influye el reglamento en el desarrollo de la actividad deportiva?</p> <p>¿Cómo influyen las reglas de un deporte en la formación personal?</p>	<p>Coopera y hace parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase.</p>
Axiológica corporal.	<p>Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar.</p>	Hábitos saludables	<p>¿Qué importancia tienen las cualidades físicas en la práctica deportiva?</p>	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	<p>Utiliza en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal el amor por el</p>	Futbol sala y actividades complementarias.	<p>¿Cómo ayuda en mi formación personal la práctica del juego en grupo?</p> <p>¿Por qué es importante</p>	

	deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida.		aprender la técnica de un deporte	
--	---	--	-----------------------------------	--

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Octavo	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto
		Clei 4	segundo

OBJETIVO DE GRADO:

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	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Realizo pruebas que dan cuenta de mis condiciones musculoesqueléticas. Participo de acciones estratégicas de juego	Actividad física, ejercicio, deporte, beneficios, efectos, test, inactividad.	Pregunta problematizadora: ¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?	Conceptual: Identifica su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.

	<p>en equipo y grupo.</p> <p>Ejecuto durante el juego acciones técnicas practicadas en clase.</p>			<p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cuál es la importancia de realizar actividad física?</p> <p>¿Por qué realizar los diferentes test de cualidades físicas?</p> <p>¿Por qué realizar diagnóstico sobre mis capacidades físicas?</p> <p>¿Cómo mejorar nuestra condición física?</p> <p>¿Cómo se beneficia mi cuerpo con la práctica de actividad física?</p> <p>¿Cómo interpretar los resultados de cada uno de los test realizados?</p> <p>¿Qué ejercicio físico realizar según las necesidades particulares?</p>	<p>Procedimental:</p> <p>Propone actividades físicas que ayuden a mejorar su condición física.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Cumple de forma eficiente y oportuna y disfruta de las actividades asignadas en clase.</p>
Expresiva corporal.	<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>	Condiciones físicas			
Axiológica corporal.	<p>Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello y me esfuerzo para mejorarlas.</p>	Condición física, pruebas físicas			
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	<p>Asumo las actividades de la educación física en sus proyectos pedagógicos, como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria, el estrés,</p>	Hábitos de higiene y vida sedentaria, el estrés.			

	los conflictos intrafamiliares.			
--	------------------------------------	--	--	--

GRADO NOVENO CLEI 4

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Noveno	PERIODO ACADÉMICO: Primero	
		Clei 4	Tercero	
OBJETIVO DE GRADO :				
<p>Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.</p> <p>Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.</p> <p>Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</p>				
COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos	Expresiones motrices, importancia del juego.	Pregunta problematizadora: ¿Cómo evalúo y hago	Conceptual: Identifica su condición física a partir de la realización de pruebas

	<p>motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas.</p> <p>Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices.</p> <p>Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos.</p>		<p>seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Para qué realizar diagnóstico sobre mi condición física?</p> <p>¿Cuál es la importancia del juego en mi relación con el otro?</p>	<p>específicas.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Propone actividades físicas que ayuden a mejorar su condición física.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Cumple de forma eficiente y oportuna y disfruta de las actividades asignadas en clase.</p>
<p>Expresiva corporal.</p>	<p>Selecciono diferentes acciones motrices e identifico las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas.</p> <p>Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices.</p> <p>Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos</p>	<p>Prácticas motrices, cualidades físicas, reglas de juego.</p>	<p>¿Por qué es importante el juego como elemento socializador e integrador?</p> <p>¿Cómo fortalecer algunos grupos musculares?</p> <p>¿Cómo se mejora la capacidad cardio-respiratoria a través del ejercicio?</p> <p>¿Cómo identificar las capacidades físicas según el ejercicio realizado?</p> <p>¿Por qué es importante apropiarse de las reglas y</p>	

	requeridos.		hacerlas cumplir en el momento adecuado?	
Axiológica corporal.	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación	El juego y las normas.	¿Cómo se manifiestan los valores a través del juego?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.	Practicas deportivas		

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Noveno	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
		Clei 4	Tercero

OBJETIVO DE GRADO:

Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.

Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.

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

COMPETENCIAS

Motriz

Expresiva corporal

Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	-----------------	-------------------	-----------------------------	---------------------------------

		CONOCIMIENTO		
Motriz	<p>Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida.</p> <p>Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre.</p> <p>Establezco relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades</p>	Deportes, actividades lúdicas grupales, hábitos de vida saludables.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Por qué es significativo para mi vida fortalecer mis competencias motrices y principios y valores sociales?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué son importantes los hábitos de vida saludables?</p> <p>¿Por qué es importante realizar actividad física de acuerdo a nuestras condiciones?</p> <p>¿Por qué la práctica de actividad física debe ser regulada?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludables.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales.</p> <p>Hace seguimiento y es consciente de los cambios corporales y de la personalidad, obtenidos a través de la práctica seleccionada.</p>
Expresiva corporal.	Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.	Actividades deportivas y recreativas, las reglas.	<p>¿Por qué hacer seguimiento a los cambios corporales obtenidos a través de la actividad física?</p> <p>¿Cómo relacionar la educación física con la ecología humana?</p>	<p>Actitudinal:</p> <p>Muestra interés por establecer ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.</p>
Axiológica corporal.	Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi	Potencialidades del cuerpo.	¿Por qué es importante tener las normas claras cuando se realiza	

	personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.		una actividad deportiva o recreativa? ¿Cuál es la importancia de tener una buena nutrición?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase	Normas de juego.		

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO:	PERIODO ACADÉMICO: Tercero
		Noveno Clei 4	Cuarto

OBJETIVO DE GRADO:

Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.

Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.

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

COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos y gestos que pueden generar dificultades en el grupo.</p> <p>Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.</p>	Deportes de conjunto e individual, actividades motrices.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cuál es la importancia de la práctica individual de actividades motrices en la salud de la comunidad a la que pertenece?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué es importante la práctica de deportes individuales?</p> <p>¿Cómo fortalecer las habilidades motrices?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>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.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Planifica y participa con sus compañeros actividades motrices básicas y complejas.</p> <p>Actitudinal:</p>
Expresiva corporal.	<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>	Tiempo libre, juegos deportivos.	<p>¿Por qué es importante realizar algunas actividades motrices individuales o en grupos?</p> <p>¿Cómo se evidencia las condiciones y valores que posee el grupo?</p> <p>¿Cómo se debe controlar la respiración en la realización de actividad física?</p>	<p>Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.</p>
Axiológica corporal.	Reconozco las condiciones y valores	Valores grupales.		

	propias y del grupo y las resalto en los escenarios de juego.		
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Utiliza en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal el amor por el deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida.	Futbol sala y actividades complementarias.	<p>¿Por qué respetar los diferentes ritmos de aprendizaje?</p> <p>¿Por qué es importante resaltar el trabajo colaborativo?</p> <p>¿Cuáles son las actividades físicas propicias para realizar en mi tiempo de ocio?</p>

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Noveno Clei 4	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto Cuarto.
OBJETIVO DE GRADO:			
<p>Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo.</p> <p>Generar estrategias para la práctica de una acción motriz acorde a las condiciones del momento y el contexto.</p> <p>Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</p>			
COMPETENCIAS	Motriz		

	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<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>	<p>Higiene postural, corporal y deportiva, hábitos posturales, técnicas de respiración y relajación, la fatiga en la actividad física.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo fortalecer los hábitos de postura e higiene corporal?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué es importante mantener una buena postura?</p> <p>¿Qué problemas se pueden ocasionar en la columna vertebral por los malos hábitos posturales?</p> <p>¿En qué consiste la higiene postural?</p> <p>¿Por qué ejecutar ejercicios que ayuden a mejorar los hábitos de vida saludable?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las formas de la promoción de la salud, postura e higiene corporal.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Realiza con eficiencia y agrado las actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable y calidad de vida.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Es referente ante el grupo por la práctica regulada y cotidiana de actividad física, orden, aseo y alimentación saludable.</p>

Expresiva corporal.	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.	Respiración, relajación	¿Cómo se beneficia el grupo con mis buenos hábitos alimenticios, práctica deportiva, orden y aseo?
Axiológica corporal.	Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal	Posturas e higiene.	¿Por qué es importante manejar algunas técnicas de respiración?
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Asumo las actividades de la educación física en sus proyectos pedagógicos, como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria, el estrés, los conflictos intrafamiliares.	Hábitos de higiene y vida sedentaria, el estrés.	¿Cuál es la diferencia entre higiene deportiva, postural y corporal? ¿Por qué se produce la fatiga? ¿Cómo se relaciona la fatiga con la actividad física?

GRADO DECIMO CLEI 5

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Décimo	PERIODO ACADÉMICO: Primero
		Clei 5	Primero
OBJETIVO DE GRADO :			
Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.			
Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.			
Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.			

COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<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</p>	<p>Actividad física y salud, en diferentes etapas de la vida actividad física con y sin elementos, sedentarismo.</p>	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cuales son las pautas para realizar actividad física?</p> <p>¿Cómo elaborar un plan de ejercicio personal?</p> <p>¿Por qué la actividad física es diferente según la edad que se tenga?</p> <p>¿Cómo se puede evitar el</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones y necesidades.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.</p>

	yética.		sedentarismo?	
Expresiva corporal.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	Expresión corporal, emociones, juego.	¿Cómo realizar actividad física con y sin elementos? ¿Qué enfermedades se pueden desencadenar por la falta de ejercicio?	
Axiológica corporal.	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.	Salud y calidad de vida.	¿Cómo fortalezco mis emociones? ¿Por qué es importante organizar un plan de ejercicios de acuerdo a las necesidades de cada individuo?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.	Actividades deportivas.		

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Décimo Clei 5	PERIODO ACADÉMICO: Segundo Primero.
---	--	-----------------------------------	---

OBJETIVO DE GRADO:

Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.
 Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.

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

COMPETENCIAS	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Participo en las actividades físicas propuestas por la institución.</p> <p>Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.</p> <p>Participo en la planeación y organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.</p>	Administración deportiva, recreación tiempo libre.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿De qué manera puedo hacer uso de mí tiempo libre para la transformación de la sociedad?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué es importante diferenciar la recreación y la recreación física?</p> <p>Qué actividades se pueden ejecutar en el tiempo libre?</p> <p>¿Cómo se puede transformar la sociedad a través de la actividad física?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica los diferentes juegos tradicionales y recreativos para el uso adecuado del tiempo libre.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Aporta en la construcción y cumplimiento de la norma en la realización de actividades recreativas, contribuyendo al uso adecuado del tiempo libre.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Asume los juegos como un espacio</p>
Expresiva corporal.	Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la			

	institución.		¿Para qué realizar un fixture? ¿Cuál es la importancia de elaborar una tabla de resultados? ¿Cómo realizar montajes dancísticos?	para la re- creación, uso del tiempo libre y su desarrollo humano.
Axiológica corporal.	Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.	Tiempo libre sana convivencia.		
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase	Respeto por la norma de juego.	¿Por qué participar de las actividades institucionales y extracurriculares en mi tiempo libre? ¿Por qué son importantes los juegos recreativos?	

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Décimo Clei 5	PERIODO ACADÉMICO: Tercero Segundo.
OBJETIVO DE GRADO: Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales. Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones. Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.			
COMPETENCIAS	Motriz		

	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<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>	Ritmos musicales autóctonos y alternativas, coreografías grupales, salud, actividad física y calidad de vida.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo reconozco y Contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué es importante conocer nuestros ritmos autóctonos?</p> <p>¿Cómo influyen los ritmos nativos en nuestra cultura?</p> <p>¿Cómo se relaciona la actividad física con la calidad de vida?</p> <p>¿Cómo contribuye el trabajo en equipo, en el fortalecimiento de las</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica las prácticas corporales autóctonas y las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>
Expresiva corporal.	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.	Ritmo, coreografía.		
Axiológica corporal.	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad	Actividad física y calidad de vida.		

	física, salud y calidad de vida		relaciones grupales?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Utiliza en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal el amor por el deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida.	Futbol sala y actividades complementarias.	¿Cómo definir mi proyecto personal de actividad física y salud? ¿Para qué adaptar los ritmos autóctonos a los modernos?	

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Décimo Clei 5	PERIODO ACADÉMICO: Cuarto Segundo.
---	--	-----------------------------------	--

OBJETIVO DE GRADO:

Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.
 Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la mente y las emociones.
 Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.

COMPETENCIAS	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<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>	Deportes, cultura física, hábitos de vida saludables.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cuál es la importancia de la práctica deportiva?</p> <p>¿Por qué es importante aplicar la regla en la práctica deportiva?</p> <p>¿A qué se le llama cultura física?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Identifica la lógica y los intereses de la práctica motriz individual y colectiva.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Aplica en situaciones de juego los fundamentos técnicos y los principios de convivencia.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Fomenta la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes</p>
Expresiva corporal.	Construyo y planifico acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida.	Creatividad y estilos de vida.	<p>¿Por qué es importante poseer hábitos de vida saludables?</p> <p>¿Cómo se fortalece la cooperación y la responsabilidad a través del juego?</p>	
Axiológica corporal.	Comprendo la importancia de construir en colectivo los elementos que hacen parte del bienestar de la institución y de la sociedad a la cual	Trabajo en equipo.	<p>¿Por qué se hace importante y necesario el juego?</p> <p>¿Cuáles son mis aportes al bienestar institucional al cual</p>	

	pertenezco.		pertenezco?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Asumo las actividades de la educación física en sus proyectos pedagógicos, como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria, el estrés, los conflictos intrafamiliares.	Hábitos de higiene y vida sedentaria, el estrés.		

GRADO 11 CLEI 6

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Once	PERIODO ACADÉMICO: Primero
		Clei 6	Primero
OBJETIVO DE GRADO :			
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	Motriz		
	Expresiva corporal		
	Axiológica corporal		

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución.</p> <p>Establezco con los compañeros indicadores que muestren las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos.</p>	Recreación, recreación física, juego, clases de juego, tiempo libre.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>Fomenta la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Por qué es importante la recreación?</p> <p>¿Para qué la recreación física?</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Diferencia los fundamentos y principios de re-creación, lúdica ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Propone juegos recreativos, tradicionales y de ritmo, apoyados en condiciones y características específicas.</p>
Expresiva corporal.	Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.	Organización.	<p>¿Por qué diferenciar las clases de juegos?</p> <p>¿Qué actividades realizar en nuestro tiempo libre?</p>	<p>Actitudinal:</p> <p>Adopta una actitud crítica ante las diferentes propuestas de las actividades recreativas.</p>
Axiológica corporal.	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.	Uso del tiempo libre y el juego.	¿Cuál es la diferencia entre tiempo libre y ocio?	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.	Actividades deportivas.	<p>¿Cómo influye el juego en mi formación personal y práctica de valores?</p> <p>¿Por qué se hace necesario el juego en la adolescencia?</p>	

			<p>¿Cuales son los juegos que despiertan mayor interés en la adolescencia y por qué?</p> <p>¿Cómo se diferencia el juego del deporte?</p>	
--	--	--	---	--

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Once	PERIODO ACADÉMICO: Segundo
		Clei 6	Primero.

OBJETIVO DE GRADO :

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	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	<p>Diseño actividades para desarrollarlas institucionalmente.</p> <p>Preparo</p>	Hábitos de vida saludables, actividad física y nutrición.	<p>Pregunta problematizadora:</p> <p>¿Cómo hago parte para la implementación y</p>	<p>Conceptual:</p> <p>Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos</p>

	<p>presentaciones teóricas prácticas, que motiven a la práctica motriz.</p> <p>Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora</p>		<p>participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto?</p> <p>Preguntas orientadoras:</p> <p>¿Cómo se interpretan los estilos de vida saludables?</p> <p>¿Cómo puedo alcanzar un estilo de vida saludable?</p> <p>¿Por qué es importante la nutrición y la actividad física para obtener un estilo de vida saludable?</p> <p>¿Cómo influye el auto concepto físico y psicológico en llevar hábitos de vida saludables?</p> <p>¿Cómo proyectar hábitos de vida saludable en mi comunidad?</p> <p>¿Para qué diferenciar cada uno de los nutrientes y los alimentos que los contienen?</p> <p>¿Cómo regular la ingesta de</p>	<p>de vida saludable.</p> <p>Procedimental:</p> <p>Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Progresar en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyecta en su contexto.</p>
Expresiva corporal.	Presento a la institución el registro de los resultados presentados en las actividades deportivas.	Registros de actividades.		
Axiológica corporal.	Me intereso en presentar propuestas que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.	Alternativas de solución de conflicto en el juego.		
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase	Respeto por la norma de juego.		

			alimentos?	
--	--	--	------------	--

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte	GRADO: Once	PERIODO ACADÉMICO: Tercero
		Clei 6	Segundo.

OBJETIVO DE GRADO:

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	Motriz
	Expresiva corporal
	Axiológica corporal

EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad	Valencias físicas y sus efectos, test de valencias físicas, la actividad física, cambios físicos y fisiológicos.	Pregunta problematizadora: ¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo? Preguntas orientadoras:	Conceptual: Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto. Procedimental: Aplica acciones que aportan al

	<p>física – pausa - actividad física, en mi plan de condición física.</p> <p>Asumo con autonomía y compro- miso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.</p>		<p>¿Para qué diferenciar las valencias físicas?</p> <p>¿Qué ejercicios se pueden practicar para fortalecer las valencias físicas?</p> <p>¿Cuáles son los cambios físicos que puede tener nuestro cuerpo a través de la práctica regular de actividad física?</p>	<p>buen desarrollo de las actividades.</p> <p>Actitudinal:</p> <p>Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.</p>
Expresiva corporal.	<p>Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.</p>	Expresión corporal.	<p>¿Cómo usar técnicas de respiración para controlar mis emociones?</p>	
Axiológica corporal.	<p>Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida.</p>	Hábitos posturales.	<p>¿Cómo cultivar hábitos de higiene postural que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida?</p>	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	<p>Utiliza en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal el amor por el deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida.</p>	Fútbol sala y actividades complementarias.	<p>¿Cómo influye en mi formación el comportamiento que manifiesto en juegos grupales o individuales?</p>	

AREA: Educación Física Recreación y Deporte	ASIGNATURA: Educación Física Recreación y Deporte		GRADO: Once	PERIODO ACADÉMICO: cuarto.
			Clei 6	Segundo.
OBJETIVO DE GRADO :				
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	Motriz			
	Expresiva corporal			
	Axiológica corporal			
EJES	ESTANDAR	OBJETOS DE CONOCIMIENTO	OBJETOS DE ENSEÑANZA	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Motriz	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física – pausa - actividad física, en mi	Valencias físicas y sus efectos test de valencias físicas, la actividad física,, cambios físicos y fisiológicos a través de la actividad física.	Pregunta problematizadora: ¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo? Preguntas orientadoras: ¿Para qué diferenciar las valencias físicas?	Conceptual: Reconoce los cambios del sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto. Procedimental: Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.

	<p>plan de condición física.</p> <p>Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.</p>		<p>¿Qué ejercicios se pueden practicar para fortalecer las valencias físicas?</p> <p>¿Cuáles son los cambios físicos que puede tener nuestro cuerpo a través de la práctica regular de actividad física?</p>	<p>Actitudinal: Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.</p>
Expresiva corporal.	<p>Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.</p>	Expresión corporal.	<p>¿Cómo usar técnicas de respiración para controlar mis emociones?</p>	
Axiológica corporal.	<p>Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida.</p>	Hábitos posturales.	<p>¿Cómo cultivar hábitos de higiene postural que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida?</p>	
Proyecto de tiempo libre: arte y movimiento.	<p>Asumo las actividades de la educación física en sus proyectos pedagógicos, como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria, el estrés, los conflictos intrafamiliares.</p>	Hábitos de higiene y vida sedentaria, el estrés.	<p>¿Cómo influye en mi formación el comportamiento que manifiesto en juegos grupales o individuales?</p>	

5. INTEGRACION CURRICULAR

La educación física, recreación y deporte puede articularse a las diferentes áreas, por ser un área basada en el movimiento, la axiología y la comunicación con el otro a través del cuerpo. A continuación presentamos algunas ideas, en las cuales se pueden visualizar el trabajo potencial del área en otras disciplinas y otros proyectos de enseñanza obligatoria.

Aprovechamiento del tiempo libre:

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

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

Educación ambiental:

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

La educación para la justicia, la paz, la democracia, la solidaridad, la confraternidad, cooperativismo y, en general, la formación de los valores humanos: Valores y ética.

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

La implementación de proyectos colaborativos, en la clase, aporta al desarrollo de competencias ciudadanas desde la idea de una comunidad.

El orden en la presentación de razonamientos y argumentos promueve valores como la responsabilidad y el respeto por los argumentos del otro, enfatizando en el desarrollo de un ser crítico.

Educación sexual y construcción de ciudadanía.

Juego de roles, respeto por el género y el cuerpo, identificación de las diferentes partes del cuerpo, manejo y uso adecuado de su cuerpo.

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

Educación en tránsito y seguridad vial.

Ubicaciones, lateralidad, formaciones: filas hileras. Movimientos y desplazamientos a ritmos y velocidades diferentes. Manejo espacial.

Desde todas las áreas del saber.

Como una oportunidad para aplicar metodologías activas, participativas y creativas que propicien el disfrute de nuevos aprendizajes • Trabajo colaborativo: es indispensable para el entrenamiento de las habilidades de trabajo en equipo y la relación con el otro para las actividades cotidianas.

6. FLEXIBILIZACIÓN

Atención a estudiantes con necesidades educativas especiales: ver proyecto de inclusión.

Hay estudiantes con diferentes características físicas y sociales, consideramos fundamental, adaptarnos todo lo posible a las diferentes circunstancias que encontraremos, intentando que cada alumno reciba la mejor educación posible. Algunas de las actividades que realizaremos las siguientes estrategias:

- Las actividades de enseñanza y aprendizaje, las acomodaremos a las necesidades del estudiantado, de tal forma que con sus capacidades, puedan participar al máximo en ellas. Esto se puede conseguir utilizando lenguajes diferentes para expresar los mismos conceptos, dedicar más tiempo a los estudiantes que más lo necesiten, proporcionar actividades que se relacionen con la vida real y que ayuden al alumno a comprender mejor los conceptos.
- Para que los estudiantes puedan comprender mejor lo que damos en clase, intentaremos que tengan acceso al mayor número de material y recursos posibles, como, libros, balones, pelotas, colchonetas, lazos, juegos didácticos, etc.
- Plantearemos también diferentes niveles de exigencia, sobre los mismos contenidos, organizando diferentes tipos de actividades y ofreciendo motivaciones diferentes para los distintos grupos de estudiantes.
- - Emplear ayuda directa y demostraciones o modelado en lugar de largas explicaciones.
- -Actuar con flexibilidad, adaptando la metodología al momento del estudiante, a su desempeño personal y estando dispuestos a modificarla si los resultados no son los esperados.
- • Permitir que ocurran interacciones espontáneas sin la intervención constante de un adulto.
- • Orientar a los estudiantes del grupo o clase a interactuar directamente con el estudiante con discapacidad.

- • Invitar a los compañeros a trabajar con el estudiante que lo necesita.
- • Incrementar la participación en las interacciones de los estudiantes en los momentos apropiados.
- • Potenciar todos los canales sensoriales, la información debe llegar a los estudiantes con discapacidad cognitiva por distintos canales (auditivo, sensorial, auditivo, visual).
- • Tener en cuenta los conocimientos previos a la hora de enseñar.
- • Dar instrucciones claras y utilizar un lenguaje adecuado.
- • Potenciar el aprendizaje cooperativo, constructivo y operatorio.
- • Plantear actividades que puedan ser trabajadas por todos, pero con diferentes niveles de exigencia para que puedan adecuarse a los diferentes niveles de desempeño de los estudiantes con discapacidad cognitiva.
- • Utilizar el juego como estrategia de aprendizaje.
- • Plantear actividades acordes al proceso de desarrollo, intereses y expectativas de los estudiantes.
- • Estimular el interés de los compañeros en servirle de modelo en las actividades que le cuesta comprender o realizar.
- • Orientar la escucha verificando la información.
- • Brindar más tiempo para realizar el trabajo asignado en clase.
- • Potenciar el trabajo cooperativo, incluso en la evaluación.
- • Brindar oportunidades de experimentar siempre que sea necesario.

Además de lo tratado anteriormente, estamos dispuestos a trabajar en estrecha colaboración con el departamento de psicología y los diferentes profesionales que apoyen los procesos de enseñanza - aprendizaje, para en el caso de detectar cualquier problema, poder acudir a ellos, en busca de sugerencias y ayuda.

La educación inclusiva es un enfoque que busca garantizar el derecho a la educación de calidad, a la igualdad de oportunidades y a la participación de todos los niños, jóvenes y adultos de una comunidad, sin ningún tipo de discriminación e independientemente de su origen o de su condición personal o social. Parte de la premisa de que todas las personas, sin importar su condición particular o su potencial, pueden aprender en un entorno que brinde experiencias de aprendizaje significativas. Para ello, los sistemas educativos y las instituciones educativas tienen que orientar desde su proyecto educativo institucional (PEI) procesos de enseñanza y aprendizaje exitosos para todos los estudiantes, dando respuesta a las necesidades individuales y a los diferentes niveles de competencia de cada estudiante y no solo a los que presentan una condición de discapacidad o necesidades educativas especiales.

La educación inclusiva no separa los grupos poblacionales, sino que en el aula de clase regular se aplican los principios del diseño universal para elaborar materiales y recursos didácticos adaptados y matizados para los estudiantes que ostenten alguna necesidad educativa especial, incluso, aquellos estudiantes que pertenecen a distintos grupos poblacionales.

Adicional a lo establecido en la Ley General de Educación y en el Decreto 1.860 de 1994, las siguientes normas aportan un marco legal:

- Ley estatutaria 1.618 de 2013.
- Ley 1.346 de 2009. Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad.
- Decreto 366 de 2009. Organización de servicios de apoyo pedagógico.
- Resolución 2.565 de 2003. Parámetros y criterios para la prestación de servicios educativos a la población con necesidades educativas especiales.
- Ley 982 de 2008. Equiparamiento de oportunidades para las personas sordas y sordas ciegas y otras disposiciones.

Referencias metodológicas: http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-320691_archivo_5.pdf

7. METODOLOGÍA.

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:

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.

La metodología antes descrita aplica en todo sentido al proceso de enseñanza y aprendizaje que se propone desarrollar con los estudiantes de los diferentes ciclos lectivos especiales integrados (Clei III, IV, V y VI), la diferencia radica en que las actividades a desarrollar son de mayor integración de los objetos de enseñanza determinados, en razón a los que los espacios de formación de las diferentes áreas del conocimiento son menos amplios que los de la educación formal. Lo anterior radica en pensar una escuela diferente para todos según las necesidades de los actores y el contexto.

8. 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 dosificado 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.

La evaluación de los procesos de enseñanza y aprendizaje de los diferentes periodos se lleva a cabo desde el nivel de transición en preescolar hasta, los diferentes ciclos lectivos especiales integrados (Clei III, IV, V y VI), la diferencia radica en que las actividades a desarrollar son de mayor integración de los objetos de enseñanza determinados, en los clei, en razón a los espacios de formación de las diferentes áreas del conocimiento son menos amplios que los de la educación formal. Lo anterior radica en pensar una escuela diferente para todos según las necesidades de los actores y el contexto.

Un aprendiz estratégico es aquel capaz de planificar su actuación con base al contexto en el cual está inmerso y de tomar decisiones respecto de la forma de proceder según los conocimientos que maneja, las alternativas disponibles y el momento en el cual se presentan estos elementos.

9. RECURSOS.

La practica de la educación física se apoya en el uso e diferentes materiales que deben poseer un carácter multifuncional, carentes de peligrosidad, sin que por ello deben ser sofisticados: pelotas, de diferentes texturas y tamaños, y colores, balones, aros cuerdas, etc. son elementos que favorecen notablemente la practica de la educación física.

El cuidado de la instalación y su uso, la manipulación correcta de materiales la adecuación de diferentes ejercicios adecuados a las edades, y niveles de sus alumnos, el establecimiento de periodos alternativos de periodos de trabajo y descanso son algunos de los elementos que inciden en el aumento de la seguridad en la practica de la educación física

Para la utilización de recursos se parte del nivel inicial del alumno (conocimientos previos), conceptos como el de la ayuda contingente, plasticidad o adaptación de la intervención pedagógica a la actividad del alumno, el grado de desarrollo o capacidad general del alumno, la motivación para aprender (significativamente), así como sus intereses personales son, entre otros, coincidentes con el planteamiento de la enseñanza adaptada.

Un aspecto importante que hay que considerar es la relación inversa que existe entre el nivel de conocimiento previo del alumno y la cantidad y calidad de la ayuda educativa necesaria para asimilar los objetivos educativos, por eso, el material didáctico y tecnológico, así como recursos físicos, utilizados en las experiencias pedagógico.

De acuerdo con esta idea los estudiantes con un bajo nivel de conocimientos previos requieren métodos de enseñanza que impliquen un alto grado de ayuda, mientras que los estudiantes con un elevado nivel de conocimientos previos se beneficiarán de planteamientos metodológicos que impliquen una mayor autonomía y una menor ayuda por parte del maestro. Se trata de ayudar al alumno a establecer un puente entre los conocimientos que ya tiene y los nuevos.

En este aspecto se cuenta con el recurso humano, representado en estudiantes monitores que fortalecen los procesos dentro del aula, así como el maestro quien explica y conceptualiza a partir de consultas y conceptos previos de los estudiantes.

El saber planificar, regular y evaluar qué técnicas, cuándo y cómo, por qué y para qué, se han de aplicar a unos contenidos determinados con el objetivo de aprenderlos hace que el aprendiz se vuelva estratégico.

Recursos:

Humanos: Estudiantes, padres de Familia, personal directivo y administrativo, asesores externos, personal docente

Físicos: 4 canchas de microfútbol baloncesto, patios, biblioteca, zonas verdes, sala de Computadores,

Didáctico: balones de micro fútbol, baloncesto, voleibol, balones de iniciación deportiva, bastones, lazos balones e balón mano, aros, pitos, cronómetros, tableros de ajedrez, (en general de forma deficiente) Textos escolares, pruebas estandarizadas.

10. BIBLIOGRAFÍA.

Arboleda, R. (2010). Las expresiones motrices y la construcción de ciudadanía: Una reflexión desde las experiencias significativas. *Educación Física y Ciencia*, 12, 13-23.

Bustamante, S., Arteaga, C., González, E., Chaverra, B., y Gaviria, D. (2012). La motricidad cotidiana en la cultura corporal de niños y niñas de quinto grado de una institución educativa de la ciudad de Medellín. *Revista Educación Física y Deporte*, 31(2), 1069-1076.

Camacho, H., y Bolívar, C. (2004). *Programas de educación física para la básica primaria*. Armenia: Kinesis.

Camacho, H., Castillo, E., y Monje, J. (2007). *Educación Física: programas de 6° a 11°. Una alternativa curricular*. Armenia: Kinesis.

Chaverra, B., Gaviria, D., González, E., Uribe, I., Díaz, J., Padierna, J., y Bustamante, S. (2010). *Estándares básicos de competencia para el área de Educación Física, Recreación y Deporte en el departamento de Antioquia*. Medellín: Secretaría de Educación para la Cultura de Antioquia.

Contreras, O. (1998). *Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista*. Barcelona: INDE Publicaciones.

Gómez, M. (2013). Estructura y dinámicas de las Mesas de Educación Física de Medellín en relación con los procesos de formación permanente de maestros. *Revista Educación Física y Deporte*, 32(1), 1289-1298.

López, V. (2000). Buscando una evaluación formativa en educación física. Análisis crítico de la realidad existente, presentación de una propuesta y análisis general de su puesta en práctica. *Apunts: Educación Física y Deportes* (62), 16-26.

Ministerio de Educación Nacional. (2002). *Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación*. Bogotá: MEN. Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*. Bogotá: MEN.

Ministerio de Educación Nacional. (2012). *Documento guía. Evaluación de competencias. Educación Física, Recreación y Deporte*. Obtenido de <http://www.mineducacion.gov.co/proyectos/1737/article-310888.html>>

Moreno, W. (2007). *El cuerpo en la escuela: los dispositivos de la educación*. En B. Chaverra, y I. Uribe (Edits.), *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción* (págs. 149-175). Medellín: Funámbulos.

Morín, E. (2001). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. París: UNESCO.

República de Colombia (2004). Ley 934. *Por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones*. Colombia: Congreso de la República.

Salinas, M. (2013). *La evaluación de los aprendizajes en la universidad*. Obtenido de <http://docencia.udea.edu.co/vicedocencia/documentos/pdf/evaluacion.pdf>

Uribe, I. (2007). *Teoría y práctica de la Educación Física*. En B. Chaverra, y I. Uribe, *Aproximaciones epistemológicas y pedagógicas a la Educación Física. Un campo en construcción* (págs. 11-22). Medellín: Funámbulos.

Uribe, I., Gaviria, D., Arteaga, C., Cevallos, D., Londoño, J., Castaño, I., y Chaverra, B. (2010). *Guía curricular para la Educación Física* (Segunda ed.). Medellín: Universidad de Antioquia.

Varios. (2015) *Expedición Currículo: Documento N° 11. El plan de Área de Educación Física, Recreación y Deportes*. Alcaldía de Medellín. Secretaría de Educación. <http://www.medellin.edu.co/index.php/m-institucional/mi-calidad/desarrollo-contenidos>

http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-320691_archivo_5.pdf

