



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 Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de  
julio de 2018*  
CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9



## 1. PLAN DE ESTUDIO POR COMPETENCIAS

### COMPONENTE DE FORMACION HUMANA

#### AREA EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES 2019





## 2. 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 - ESCUELA
SANTIAGO ACEVEDO	SEGUNDO Y TERCERO	TRES HORAS	
PIEDAD MARIN	CUARTO Y QUINTO	TRES HORAS	
ANCIZAR ZULUAGA	SEXTO, SEPTIMO	DOS HORAS	ALFONSO MORA NARANJO- SECUNDARIA Y MEDIA
FRANCIS ASPRILLA	OCTAVO	TRES HORAS	
	NOVENO, DÉCIMO	DOS HORAS	
FRANCIS ASPRILLA	ONCE	UNA HORA	
FRANCISCO AGUDELO	CLEI 3, 4, 5, 6	UNA HORA	

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i></p> <p style="text-align: center;">CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

### 3. INTRODUCCIÓN



#### 3.1 Contexto

La Institución Educativa Alfonso Mora Naranjo, 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.) caminar en secundaria 6 y 7.

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.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGODELDANE105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	---	--

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.

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.



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.

### **3.2. 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, educación básica primaria, secundaria, media académica y técnica y tercera jornada modalidad presencial, ciclo lectivo especial integrado (Clei 3, 4, 5, 6.) y caminar en secundaria grado 6 y 7. 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.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

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 institucional considere un mayor número de clases de educación física a la semana, para que favorezca 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. La formación en Educación Física, Recreación y Deporte en el ámbito educativo no solo permite el desarrollo y fortalecimiento de las competencias básicas. Supone también el desarrollo y apropiación de unas competencias y componentes específicas propias del área así:

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

**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.

**Componentes:**



**Técnicas del cuerpo y el movimiento:** las manifestaciones corporales y motrices representan un auténtico fenómeno social, conforman prácticas y técnicas del cuerpo y del movimiento, que a la vez que consolidan el desarrollo del ser humano, se convierten en objetos de aprendizaje.

**Desarrollo de la condición física:** El estudiante es competente en la acción motriz cuando estructura su motricidad, desarrolla su condición física y utiliza técnicas del cuerpo y del movimiento en diversos.

**Lúdica motriz:** A la Lúdica se reconoce como la forma de ser y actuar en el mundo. Como componente de la competencia motriz se caracteriza por los aprendizajes alcanzados en el juego. Por ello, es necesario valorarla como fundamento de una educación para la vida, tanto individual como social.

**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.

**Componente.**

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

**Lenguajes expresivos corporales:** Mediante el trabajo con su cuerpo, los sujetos aprendan a relacionar y reconocer los movimientos espontáneos, así como apropiarse y usar las técnicas expresivas dentro de su proceso formativo.

**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.

### **Componente.**



**Cuidado de sí mismo:** Esta componente se alcanza desde la atención y construcción de criterios de higiene corporal, orientada hacia resultados satisfactorios en la condición física y la salud.

### **3.3. 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, adulto: clei.) debe llegar.

En proyecto educativo institucional, propende en todo 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 escolar hasta el Clei VI del ciclo lectivo especial integrado, en todo momento participen de ello, por lo anterior, la



	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Educación Física, la recreación y el deporte de base proporciona a las niñas, niños, jóvenes y adultos (Primaria, secundaria, Cei) 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 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.





	<p><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	---	--

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, educación básica primaria, secundaria, media académica y técnica y tercera jornada modalidad presencial, ciclo lectivo especial integrado (Clei 3, 4, 5, 6.) y caminar en secundaria 6 y 7, 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.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

## 4. REFERENTES CONCEPTUALES

### 4.1. Fundamentos lógico-disciplinares.



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.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

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.

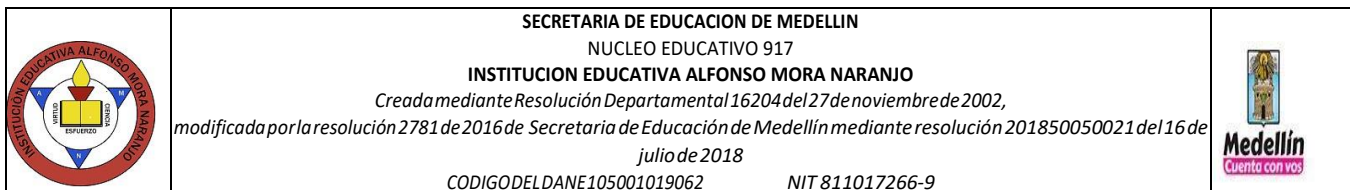
Se llegó a plantear la necesidad de restaurar en primer término la condición fisiológica de la población escolar, entendida como la atención al régimen alimenticio, la nutrición, la salud física y mental, lo cual se consideró como premisa para mejorar las condiciones y los ambientes para la adquisición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

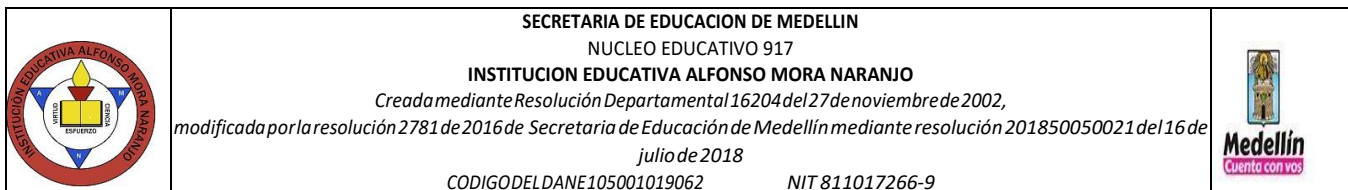


1. Contribuir al desarrollo equilibrado del individuo y de la sociedad sobre la base del respeto por la vida y por los derechos humanos.
2. Estimular la formación de actitudes y hábitos que favorezcan la conservación de la salud física y mental de la persona y el uso racional del tiempo.
3. En la educación media vocacional se focaliza la importancia de:
4. Afianzar el desarrollo personal, social y cultural adquirido en el nivel de educación básica.
5. 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.
6. Utilizar creativa y racionalmente el tiempo libre para el sano esparcimiento, la integración social y el fomento de la salud física y mental.
7. 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.

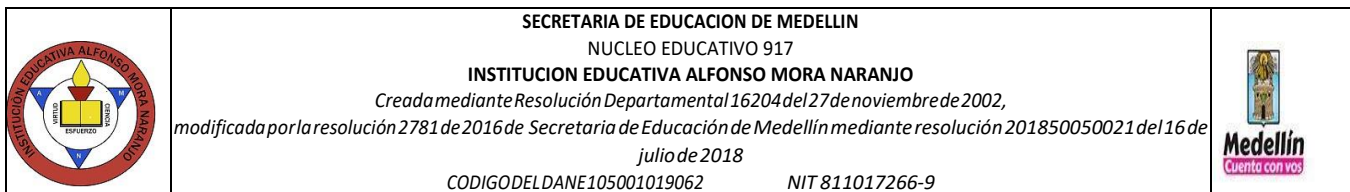
Se reconocen otras prácticas culturales como posibilidad de implementación en el plan de estudios; además de su aporte en las transformaciones sociales desde el reconocimiento del cuerpo y de los otros, ligados a procesos que posibilitem, básicamente, el desarrollo del país.

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 componente 4.3. Resumen de normas técnico legales.

#### **4.2. 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

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

disciplinas como antropología, sicología, 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 asomatognóstico 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 ayudar a ~~los sujetos~~ <sup>los sujetos</sup> 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) las cuales son las siguientes:

“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”.



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--



“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.



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

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).

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).

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

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

el artículo 5, los fines de la educación son en especial para la educación física y la formación integral del individuo, los cuales son los siguientes:

“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”.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

“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) entre otros aspectos son:

“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”.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

“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) en donde las competencias específicas del área se entienden como:

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”.

	<p><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,</i>  <i>modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de</i>  <i>julio de 2018</i></p> <p><b>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</b></p>	
--	--	--

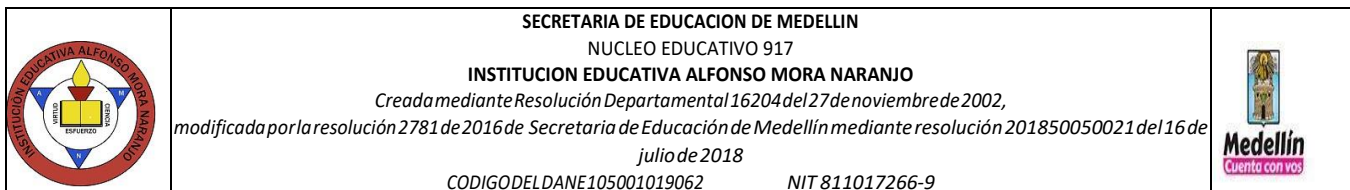
“La competencia axiológica corporal, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión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

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: Expedición Currículo y Red de estándares docentes.

En resumen, y respondiendo a preguntas puntuales tales como: ¿Qué y cómo evaluar el aprendizaje de los estudiantes? Podemos indicar que la reflexión de este apartado surge y se dinamiza a partir de las discusiones planteadas en los documentos orientativos del Ministerio de Educación Nacional, para nuestro caso especial: Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación. Bogotá: MEN Ministerio de Educación Nacional. (2002). Documento # 15 Guía de Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: MEN. . Ministerio de Educación Nacional. (2010). Y las técnicas de evaluación formativa estas últimas planteadas en el Sistema de evaluación institucional punto ampliado en el numeral 10: La evaluación, teniendo en cuenta especialmente el Sistema de evaluación institucional, en donde se promueve diferentes tipos de evaluación como lo son la coevaluación, autoevaluación, hetero-evaluación

El ¿Cómo enseñar? Da cuenta de la perspectiva metodológica, de la traducción de los saberes científicos y sociales en conocimientos escolares implica poner en práctica juegos del lenguaje y artefactos y recursos que pongan en plano de interacción y de visibilizarían los productos del mundo de las ideas que serán aprehendidos por los estudiantes. Aquí convergen tanto aportes



de los modelos curriculares y didácticos contemporáneos, la transposición didáctica (DUA), punto ampliado en el numeral: 8: La flexibilidad curricular en la atención de estudiantes con necesidades especiales, la implementación de la metodología DUA y sus diversas formas de representación, acción y expresión e implicación y los avances de las didácticas específicas, los enfoques planteados, punto ampliado en el numeral 9: la metodología del presente plan de estudios, que ratifica la implementación de DUA y los diferentes estilos de enseñanza como los: tradicionales, participativos, individuales, cognitivos, y los que promueven la creatividad de los estudiantes y sus diferentes estrategias planteadas.

### 4.3. 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).

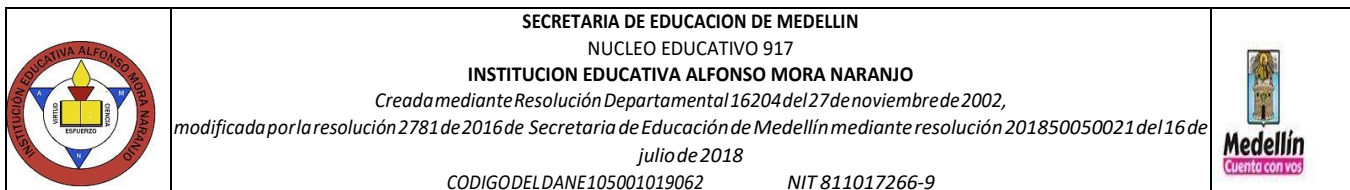
Ley 934 de 2004. Por medio de la cual se oficializa la política del desarrollo nacional de la educación física.

Decreto 3011 del 19 de diciembre de 1997 Educación para adultos.

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

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





Documento # 15 Guía de Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: MEN. . Ministerio de Educación Nacional. (2010).

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.

Decreto 1421 de 20017 por el cual se reglamenta en el marco de la educación inclusiva la atención educativa a la población con discapacidades.



Ley 1098 de 2006 por el cual se expide el código de la infancia y la adolescencia.

Ley 1967 de 11 de julio de 2019 por el cual se transforma el departamento administrativo del deporte, la recreación, la actividad física, y el aprovechamiento del tiempo libre Coldeportes en el ministerio del deporte.

Diseño Universal del aprendizaje DUA

[http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-320691\\_archivo\\_5.pdf](http://www.colombiaaprende.edu.co/html/micrositios/1752/articles-320691_archivo_5.pdf)

Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) Pautas para su introducción en el currículo  
[https://www.educadua.es/doc/dua/dua\\_pautas\\_intro\\_cv.pdf](https://www.educadua.es/doc/dua/dua_pautas_intro_cv.pdf)

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

## 5. OBJETIVOS



### 5.1 Objetivos del área:

De conformidad con la ley 115 de 1994, los objetivos de la educación física deben orientarse hacia: “La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente; el conocimiento y ejercitación del cuerpo, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico”. “También es de enseñanza obligatoria como proyecto pedagógico transversal, el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo”. Es por eso que se plantean los siguientes:

#### 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 prácticas y habilidades motrices de la higiene y una alimentación equilibrada, así como llevar una vida sana.

#### Objetivos específicos.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGODELDANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Conocer y ejercitar el 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, organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.

Valorar la higiene y la salud del propio cuerpo mediante hábitos de vida saludables en pos del mejoramiento continuo de prácticas que coadyuven con la formación integral del individuo.

## 5.2 Objetivos por nivel



### 5.2.1. Objetivo educación básica primaria.

- 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

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

### 5.2.2. Objetivos básica secundaria y ciclo lectivo especial integrado III y IV.

- 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.
- 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.



	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

### 5.2.3. Objetivos educación media académica y ciclo lectivo especial integrado V y VI.

- 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.
- 

### 5.3. Objetivos por grado básica primaria, básica secundaria, media académica, Ciclo Lectivo Integrado Especial en la educación formal de adultos- CLEI.

- 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

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

- 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.

- **Objetivos grado primero:**

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.

- **Objetivos grado segundo:**



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.

- **Objetivos grado tercero:**

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.

- **Objetivos grado cuarto:**

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.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

- **Objetivos grado quinto:**

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.

- **Objetivos grado sexto:**

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

- **Objetivos grado séptimo:**

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.



- **Objetivos grado octavo:**

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

- **Objetivos grado noveno:**

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



	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

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.

- Objetivos grado décimo:

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.

- Objetivos grado once:

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.

## 6. MALLAS CURRICULARES

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> primero	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Primero
<b>OBJETIVO:</b> Explorar y manifiesta emociones a través del movimiento corporal.			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Qué expresa mi cuerpo a través del ritmo y la actividad física?			
<p><b>COMPETENCIAS:</b>          Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.          Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.          Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.          Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo          Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.</p>			
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario		<p><b>SABER CONOCER:</b>          Ejecuta las diversas posibilidades de movimiento</p>

<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	. Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos		<p>La Higiene y cuidados corporales.</p> <p>a nivel global y segmentario</p> <p>Reconoce las diferentes partes del cuerpo y cuida de ellos</p> <p>Reconoce las diferentes formas básicas de movimiento y desplazamiento</p> <p><b>SABER HACER:</b></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>
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas		
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.		
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física		

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

<p><b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre</p>	<p>Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda.</p>			<p><b>SABER SER:</b>          Demuestra con sus actuaciones respeto por su cuerpo y el de sus compañeros.           Practica normas de higiene y cuidado personal en las actividades escolares.</p>
---	--	--	--	---



<p><b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte</p>	<p><b>ASIGNATURA:</b> educación física</p>	<p><b>GRADO:</b> primero</p>	<p><b>PERIODO ACADÉMICO:</b> segundo</p>
--	--	------------------------------	--

**OBJETIVO:** Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo mejora mi coordinación a través de la interacción en diferentes espacios y movimientos?

**COMPETENCIAS:**  
 Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.  
 Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo  
 Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas

para el logro de metas comunes y las cumpla.				
COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.		Coordinación Lateralidad Capacidades físicas	<b>SABER CONOCER:</b> Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con pequeños objetos.  Nombra y diferencia las formas básicas de coordinación óculo manual y óculo pédica y las ubica en relación a su cuerpo.  <b>SABER HACER:</b> Explora posibilidades de movimiento siguiendo diferentes percepciones rítmicas.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.			Realiza posturas corporales armoniosas en estado de quietud o en movimiento.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.			<b>SABER SER:</b> Disfruta la relación con su propio cuerpo, con sus compañeros y dentro del espacio de trabajo.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.			Demuestra entusiasmo al compartir con sus compañeros.

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> primero	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> tercero
---	-------------------------------------	-----------------------	-----------------------------------

**OBJETIVO:** Explorar formas básicas del movimiento en diferentes situaciones y contextos.

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo ubico mi cuerpo en el espacio?

**COMPETENCIAS:**  
 Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las practicas propias de la actividad física.  
 Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo

Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumpla.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.		Posturas y posiciones del cuerpo  Orientación espacial	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Nombra y reconoce las formas básicas de movimiento y las ubica en relación al espacio.</p> <p>Identifica diferentes formas de posturas y posiciones.</p> <p>Identifica diferentes formas de posturas y posiciones.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Resuelve las diferentes situaciones que se le</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase			

<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales.		<p>presentan en los juegos.</p> <p>Identifica diferentes formas de posturas y posiciones.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Juega siguiendo las orientaciones que se le dan.</p> <p>Demuestra responsabilidad en el cuidado de su cuerpo y del entorno.</p>
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.		
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	<p>Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones.</p> <p>Juegos y actividades en conjunto.</p>		

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> primero	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> cuarto
<b>OBJETIVO:</b> Vivenciar las pautas para la realización de las prácticas propias de la actividad física			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo puedo divertirme con mis compañeros?			





**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las practicas propias de la actividad física.  
 Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo  
 Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumpla.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.		Juegos deportivos individuales y grupales  Gestos y representaciones	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Compara e identifica los juegos grupales e individuales durante las actividades realizadas en la clase.</p> <p>Identifica y es consciente de los diferentes gestos y expresiones corporales que manifiestan sus pares.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Participa y practica diferentes juegos individuales y colectivos.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad			



•	física			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.	Juegos individuales y grupales.		<p><b>SABER SER:</b></p> <p>Participa en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase</p> <p>Es respetuoso de las normas propuestas en cada actividad.</p>
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Gestos y representaciones corporales		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.			

<b>AREA:</b> educación	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> Segundo	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
------------------------	-------------------------------------	-----------------------	---------------------------

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

física, recreación y deporte			Primero	
<p><b>OBJETIVO:</b> Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</p>				
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿De qué manera relaciono mis habilidades motoras con el conocimiento del propio cuerpo?</p>				
<p><b>COMPETENCIAS:</b>          Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.          Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.          Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.          Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.          Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.</p>				
COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.		Mi cuerpo y sus movimientos.  Hábitos de vida saludables.  Aprendizaje del uso de la	<b>SABER CONOCER:</b>  Identifica los movimientos propios de cada parte de su cuerpo.

<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro las manifestaciones de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.				<p>Identifica las formas básicas de movimiento en su práctica.</p> <p>Define con sus palabras que son hábitos saludables.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Practica diferentes ejercicios y acciones que conlleven a mejorar sus movimientos.</p> <p>Aplica las recomendaciones sobre hábitos de vida saludable.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Compara sus aportes con los de sus compañeros e incorpore en sus conocimientos y juicios elementos valiosos a portados por otros.</p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.				
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.				
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.				
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física				

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda		<p>Mantengo ordenado y limpio mi sitio de estudio y mis implementos personales.</p> <p>Actúa acorde a las normas propuestas en las actividades de clase.</p>
---	--	--	--

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

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

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Por qué es importante poseer buenos patrones de movimientos y cómo influyen en mis hábitos saludables?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.



Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.

Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.



Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.		Ajuste postural	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Identifica los tipos equilibrio estableciendo sus diferencias.</p> <p>Establece relaciones entre los movimientos corporales y los ritmos musicales.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Realiza movimientos en forma equilibrada y armónica.</p> <p>Ejecuta en forma adecuada las rondas y juegos pre dancísticos.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Compara sus aportes con los de sus compañeros e incorpora en sus conocimientos y juicios elementos valiosos a portados</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.		Percepción rítmica básica	
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.			
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---



<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.			por otros.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda.			Mantengo ordenado y limpio mi sitio de estudio y mis implementos personales.

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> Segundo	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Tercero
<b>OBJETIVO DE GRADO:</b> Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Por qué es importante el juego como elemento socializador y formador en el cumplimiento de la norma?			
<b>COMPETENCIAS:</b> Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos. Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal. Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física. Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

para el logro de metas comunes y las cumpla.				
Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.				
COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.		La respiración.  El juego infantil.  El gesto.	<b>SABER CONOCER</b>  Define con sus palabras el significado de juego y la importancia del mismo como elemento socializador.  Reconoce los cambios que presenta la respiración en estado de reposo y con ejercicio.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.			



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro gestos, representaciones y bailes.		<p>cuerpo.</p> <p>Vivencia los cambios producidos por el corazón cuando realiza ejercicios.</p> <p><b>SABER SER</b></p> <p>Se integra en forma propositiva a los juegos y actividades lúdicas.</p> <p>Asume con respeto las correcciones y observaciones en la clase.</p>
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.		
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones. Juegos y actividades en conjunto.		

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> Segundo	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Cuarto
<b>OBJETIVO:</b> Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física.			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cuál es la importancia de la higiene postural y corporal para beneficio de las salud en los infantes?			

<b>COMPETENCIAS:</b>				
Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.				
Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.				
Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.				
Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.		Gimnasia postural para niños.	<b>SABER CONOCER:</b>  Expresa en forma verbal los hábitos de higiene corporal y postural, mejorando su estilo de vida saludable.  Reconoce la importancia de la gimnasia postural, como herramienta para mejorar su calidad de vida.  <b>SABER HACER:</b>  Practica hábitos saludables en su relación con los
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.		Higiene corporal y postural en los escolares.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa actividad física.			

<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Exploro el juego como un momento especial en la escuela.			
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.			compañeros.  Realiza ejercicios gimnásticos que fortalecen grandes grupos musculares.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.			<b>SABER SER:</b>  Participa en las diferentes actividades desarrolladas en clase, aplicando las pautas de higiene postural y corporal.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.			Demuestra entusiasmo en la realización de juegos y ejercicios propuestos y se interesa por aplicar buenos hábitos corporales.



<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> tercero	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> primero
---	-------------------------------------	-----------------------	-----------------------------------

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

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cuáles son las partes que tiene mi cuerpo y cómo es su funcionamiento?

<b>COMPETENCIAS:</b>				
Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.				
Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.				
Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.				
Competencias ciudadanas: Reconozco que las acciones se relacionan con las emociones y que puedo aprender a manejar mis emociones para no hacer daño a otras personas.				
Competencias laborales: Ubico los recursos en los lugares dispuestos para su almacenamiento.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.		Coordinación dinámica general.	<b>SABER CONOCER:</b>  Identifica en la coordinación dinámica general una buena cualidad coordinativa para la armonía y control de los movimientos.  Establece diferencias físicas entre el calentamiento y el estiramiento.  <b>SABER HACER:</b>  Ejecuta formas básicas de
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.		Calentamiento y estiramiento	
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la			

	actividad física.			movimientos y las relaciona con el calentamiento y estiramiento.
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	<p>Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.</p> <p>Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.</p>			<p>Realiza desplazamiento de manera sincronizada, ordenada, obedeciendo a los patrones básicos de locomoción.</p> <p><b>SABER SER:</b></p>
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	<p>Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.</p>			<p>Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.</p> <p>Asumo con responsabilidad mis deberes y compromisos escolares.</p>

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda			

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> tercero	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> segundo	
<b>OBJETIVO:</b> Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo mejoro mis habilidades motrices de básicas a través de diferentes situaciones de juego?				
<b>COMPETENCIAS:</b> Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos. Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal. Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física. Competencias ciudadanas: Manifiesto desagrado cuando a mi o a alguien del salón no nos escuchan o no nos toman en cuenta y lo expreso...sin agresión Competencias laborales: Reconozco las fortalezas y habilidades que tengo.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORI</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>

	<b>ENTACIONES PEDAGOGICAS</b>			
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos		Tensión y relajación  Juegos cooperativos y tradicionales.	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Diferencia la tensión y la relajación como estados corporales.</p> <p>Establece las diferencias entre juegos cooperativos y tradicionales, reconociendo sus beneficios.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Explora Técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su bienestar.</p> <p><b>SABER SER:</b></p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Exploro el juego como un momento especial en la escuela.			

<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales.			Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.			Atiendo las indicaciones sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.  Demuestra respeto por su cuerpo y el de los demás.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda.			

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> tercero	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> tercero
<b>OBJETIVO:</b> Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.			





**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo mejoro mis habilidades motrices básicas a través de diferentes situaciones de juego?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.  
 Competencias ciudadanas: Comprendo que mis acciones pueden afectar a la gente cercana y que las acciones de la gente cercana pueden afectarme a mí.  
 Competencias laborales: Identifico los comportamientos apropiados para cada situación (familiar, escolar, con pares)

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.		El ciclo respiratorio.  Juegos predeportivos	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Explica el proceso adecuado de inhalación y exhalación, durante la práctica de actividad física.</p> <p>Identifica los juegos predeportivos como proceso de formación en el aprendizaje de un deporte.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad			

	física.			<p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Utiliza la habilidad motriz básica para implementarla en las diferentes situaciones de juegos, practica deportivas y de la vida.</p> <p>Utiliza las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes actividades físicas y lúdicas.</p> <p>Participa activamente en el desarrollo de las actividades motrices propuestas en clase</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Escucha las instrucciones dadas y las realiza en el momento oportuno.</p>
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.			
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Exploro gestos, representaciones y bailes.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones, juegos y actividades en conjunto.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	---	--

				<p>Aplica normas de seguridad en la realización de ejercicios relacionados con el autocuidado.</p>
--	--	--	--	--

<p><b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte</p>	<p><b>ASIGNATURA:</b> educación física</p>	<p><b>GRADO:</b> tercero</p>	<p><b>PERIODO ACADÉMICO:</b> cuarto</p>
--	--	------------------------------	---

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



**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cuáles cambios fisiológicos se presentan en mi cuerpo al realizar actividades físicas?

**COMPETENCIAS:**  
 Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.  
 Competencias ciudadanas: Conozco y respeto las reglas básicas del dialogo, como el uso de la palabra y el respeto por la palabra de la otra persona.  
 Competencias laborales: Cumpló las normas de comportamiento definidas en un espacio dado.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORI ENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	--	---------------------------------	-------------------	--------------------------

<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.		Gimnasia de piso Capacidades físicas	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Identifica los cambios fisiológicos en la realización de juegos y actividad física.</p> <p>Establece la relación directa que poseen las capacidades físicas en la práctica de gimnasia de piso.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Explora movimientos con diferentes elementos gimnásticos.</p> <p>Ejecuta formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p> <p>Realiza ejercicios de coordinación de forma individual, en parejas o en</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.			
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Exploro el juego como un momento especial en la escuela.			
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.			

<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.			pequeños grupos.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados armónicos a partir del ritmo.			<p><b>SABER SER:</b></p> <p>Expresa conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura.</p> <p>Respeto las normas establecidas en la realización de juegos.</p> <p>Valoro la importancia de la actividad física para la salud.</p> <p>Respeto la forma de desempeño en los juegos de sus compañeros.</p>

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> cuarto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Primero	
<b>OBJETIVO:</b> Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cuáles son las implicaciones de la actividad física para mi salud?				
<p><b>COMPETENCIAS</b>          Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.          Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.          Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.          Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.          Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	<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>La actividad física</p> <p>Higiene y cuidados corporales</p>	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica la actividad física como una acción que involucra ejercicios y otras acciones motoras para su bienestar.

<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.				<p>Reconoce a la actividad física como un medio que le permite mejorar su sistema muscular y esquelético.</p> <p>Identifica las conductas y hábitos que debe practicar para tener una excelente salud.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Ejecuta movimientos, juegos y ejercicios que ayudan a la regulación emocional en las prácticas deportivas.</p> <p>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas para favorecer mi actividad física.</p> <p>Aplica hábitos de</p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.				
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.				
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física				
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud				
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO</b>	Realizo actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos				

<p><b>TRANSVERSAL:</b></p> <p>Tiempo libre</p>	<p>con la cuerda</p>			<p>higiene en sus actividades cotidianas para el favorecimiento de la salud.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Valora la importancia que tiene la practicas regulares de la actividad física para su salud.</p> <p>Aplico con respeto las normas propuestas para cada clase.</p> <p>Valora el trabajo realizado por sus compañeros en las clases de educación física.</p>
--	----------------------	--	--	---

<p><b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte</p>	<p><b>ASIGNATURA:</b> educación física</p>	<p><b>GRADO:</b> cuarto</p>	<p><b>PERIODO ACADÉMICO:</b> segundo</p>
--	--	-----------------------------	--





**OBJETIVO:** Identificar la importancia de las capacidades físicas en los juegos predeportivos.

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Para qué debo mejorar mis capacidades físicas en clase?

**COMPETENCIAS:**  
 Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.  
 Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumpla.  
 Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	COMPONENTES
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.		Capacidades físicas.  Los juegos predeportivos y sus características.	<b>SABER CONOCER:</b>  Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios, actividades gimnásticas y danzas.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.			Identifica en forma conceptual las diferentes capacidades básicas.  Habla de las características

<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.			que tienen los juegos predeportivos como base de los deportes.
<b>LÚDICA MOTRIZ.</b>	Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.			<b>SABER HACER:</b>  Practica ejercicios y actividades de velocidad, fuerza, resistencia, equilibrio en forma individual y grupal.
<b>LENGUAJES CORPORALES.</b>	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.			Ejecuta juegos predeportivos que fortalecen sus capacidades físicas.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Decido mi tiempo de juego y actividad física.			Participa de los juegos y experiencias físicas mostrando sus habilidades.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b>  Tiempo libre	Participo en los encuentros deportivos realizados en el recreo pedagógico.			<b>SABER SER:</b>  Nombro y aplico las normas que debo tener en cuenta en la clase de educación física.  Cuido mi postura en la

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

				<p>realización de diferentes prácticas y modalidades atléticas.</p> <p>Practico normas de higiene y hábitos saludables en las clases de educación física.</p>
--	--	--	--	---

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> cuarto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> tercero
---	-------------------------------------	----------------------	--------------------------------------

**OBJETIVO:** Reflexionar acerca del valor de los juegos deportivos en el proceso de la formación personal

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego y danza?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.

Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.

Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.

Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.

Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.

<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
--------------------	--	--	--------------------------	---------------------------------



	<b>PEDAGOGICAS</b>			
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.		<p>El baloncesto</p> <p>El baile y los ritmos</p> <p>Participo de torneos pre deportivos.</p> <p>Creatividad, bastones</p>	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Asocia los conceptos del baloncesto a las actividades prácticas que realiza en la clase.</p> <p>Adquiere la habilidad para diferenciar los movimientos corporales entre el baile y las danzas.</p> <p>Reconoce los fundamentos básicos del baloncesto y del baile en sus prácticas escolares.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Aplica las habilidades motrices básicas a las diferentes situaciones del baloncesto y los bailes.</p> <p>Presenta coreografías rítmicas a partir de una secuencia de movimientos.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Reconozco a mis compañeros como constructores del juego			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis			

	condiciones personales.			Utiliza los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones y emociones en la danza
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> <b>Tiempo libre</b>	Construyo y elaboro diferentes figuras a partir del uso de bastones juegos y actividades en conjunto			<p><b>SABER SER:</b></p> <p>Se expresa con confianza y seguridad en las prácticas de la clase de educación física.</p> <p>Realiza con responsabilidad las actividades, trabajos e investigaciones en su cuaderno.</p>

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> cuarto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> cuarto
<b>OBJETIVO:</b> Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo expreso mediante el juego y los aeróbicos que acepto y quiero mi cuerpo?			
<b>COMPETENCIAS:</b>			
Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.			

<p>Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.          Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.          Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.          Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.</p>				
COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.		Voleibol  Las normas y reglas propias de actividades deportivas.  Trabajo aeróbico.  Aeróbicos	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Identifica los elementos básicos requeridos para la práctica del voleibol.</p> <p>Reconoce los movimientos, pasos y secuencias propios de los ejercicios aeróbicos.</p> <p>Identifica como afectan las emociones el cuerpo cuando esta triste, alegre, deprimido, decaído.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Experimenta destrezas gimnasticas en las prácticas de los ejercicios aeróbicos</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.			

<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Propongo momentos de juego en el espacio escolar.			propuestos.
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo, izquierda - derecha, de forma individual y grupal.			Demuestra habilidades y fundamentos propios del deporte de voleibol en la clase  Aplica jugadas y movimientos que favorecen el desempeño del juego del voleibol.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.			<b>SABER SER:</b>  Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo.  Realiza actividad física actuando con respeto y responsabilidad.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL: Tiempo libre</b>	Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados, armónicos a partir del ritmo.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> quinto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> primero
---	-------------------------------------	----------------------	-----------------------------------

**OBJETIVO:** Reflexionar sobre la importancia de conocer el cambio fisiológico corporal producto de actividades físicas.

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo puedo identificar los cambios fisiológicos cuando realizo una serie de ejercicios?



**COMPETENCIAS:**

- Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.
- Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.
- Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.
- Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.
- Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.		La coordinación dinámica y las tareas motrices con la cuerda.	<b>SABER CONOCER:</b>  Identifica las posibilidades motrices adecuadas para realizar diferentes saltos de la cuerda.  Identifica y aplica las diferentes fases que tiene el
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.		Los cambios fisiológicos con el ejercicio.	





<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.		<p>salto de la cuerda.</p> <p>Identifica y enumera los cambios fisiológicos que se producen en su cuerpo cuando realiza ejercicios y actividades deportivas.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Expresa a nivel escrito en su cuaderno los cambios que se producen en el cuerpo con el ejercicio.</p> <p>Ejecuta saltos en la cuerda con ajuste postural y coordinación dinámica general.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.</p> <p>Practica hábitos de higiene y cuidados corporales.</p>
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Acepto y pongo en práctica las reglas de juego		
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.		
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL: Tiempo libre</b>	Realiza actividades de construcción de objetos y figuras, concursos y juegos con la cuerda.		

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> quinto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> segundo	
<b>OBJETIVO:</b> Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?				
<p><b>COMPETENCIAS:</b></p> <p>Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.          Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.          Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.          Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.          Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo.		Formas jugadas atletismo  La condición física saludable.	Identifica a la capacidad aeróbica y a la resistencia cardiovascular como componentes de la condición física.

<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.			<p>Reconoce a los patrones básicos de movimiento como origen para el atletismo.</p> <p>Identifica los cambios que se producen en su condición física a raíz del ejercicio.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Practica actividades deportivas y juegos para mejorar su condición física en su vida escolar.</p> <p>Realiza ejercicios y juegos que le lleven a vivenciar las carreras, los relevos y los obstáculos propios del atletismo.</p> <p>Aplica las reglas a las prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Explora y practica juegos pre deportivos propios del atletismo.</p> <p><b>SABER SER:</b></p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Reconozco a mis compañeros como constructores del juego			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Reconozco movimientos que se ajustan al ritmo musical			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b>	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b>	Participo en encuentros deportivos realizados en el descanso pedagógico			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

<b>TIEMPO LIBRE</b>				<p>Disfruta de las vivencias y experiencias practicadas en la clase.</p> <p>Practica normas de higiene y hábitos saludables en las clases de educación física.</p>
---------------------	--	--	--	--

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> quinto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Tercero
---	-------------------------------------	----------------------	--------------------------------------

**OBJETIVO:** Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego y baile?

**COMPETENCIAS:**

- Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.
- Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.
- Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.
- Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.
- Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.

<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIE</b>	<b>DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
--------------------	---------------------------------------	--	--------------------------	---------------------------------

	<b>NTACIONES PEDAGOGICAS</b>			
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.		Juegos baloncesto.  El ritmo, baile y la secuencia de movimientos	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Identifica las características básicas de un escenario de baloncesto.</p> <p>Menciona las reglas básicas para realizar un partido de baloncesto.</p> <p>Identifica los ritmos que tienen según la producción musical.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Practica los diferentes ritmos con expresión corporal armónica y musical.</p> <p>Ejecuta pases y recepciones en el juego de baloncesto con precisión.</p> <p>Aplica las técnicas de respiración en los bailes y actividades deportivas de baloncesto.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Propongo momentos de juego en el espacio escolar			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.			
<b>CUIDADO DE SÍ</b>	Realizo actividad física actuando con respeto hacia			

<b>MISMO.</b>	mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente			<b>SABER SER:</b>
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> <b>Tiempo libre</b>	Participo en encuentros deportivos realizados en el descanso pedagógico			<p>Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los 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 y actividades de clase.</p>

<b>AREA:</b> educación física, recreación y deporte	<b>ASIGNATURA:</b> educación física	<b>GRADO:</b> quinto	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Cuarto
---	-------------------------------------	----------------------	-------------------------------------

**OBJETIVO:** Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Qué comunica mi cuerpo a partir del juego y la música?



**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Explora formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Exploro e identifico emociones a través del movimiento corporal.  
 Competencia axiológica corporal: identifico las normas y principios establecidos para la realización de las prácticas propias de la actividad física.  
 Competencias ciudadanas: Participo, en mi contexto cercano (con mi familia y compañeros), en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para el logro de metas comunes y las cumplo.  
 Competencias laborales: Expreso mis ideas, sentimientos e intereses en el salón y escucho respetuosamente los de los demás miembros del grupo.

COMPONENTES	ESTANDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BASICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR.</b>	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.		Balón mano Trabajo coreográfico.	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Identifica las etapas que tiene el montaje de una coreografía.</p> <p>Reconoce la importancia que tiene el juego de balón mano para adquirir habilidades motrices.</p> <p>Explica las normas y condiciones del juego de balón mano.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO.</b>	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA.</b>	Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre la			

	<p>actividad física-pausa- actividad física</p>			<p>Identifica los movimientos y figuras básicas que se hacen en una coreografía.</p>
<p><b>LÚDICA MOTRIZ</b></p>	<p>Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</p>			<p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Aplica sus habilidades motrices y aprendizajes en presentación coreográfica.</p>
<p><b>LENGUAJES CORPORALES</b></p>	<p>Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.</p>			<p>Propone variaciones en los partidos de juego de balón mano durante la clase.</p> <p>Expresa por medio de sus movimientos corporales los cambios emocionales.</p>
<p><b>CUIDADO DE SÍ MISMO.</b></p>	<p>Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y su aporte para mi salud.</p>			<p><b>SABER SER:</b></p> <p>Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud.</p>
<p><b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL: Tiempo libre</b></p>	<p>Ejecuto una secuencia de movimientos coordinados a partir del ritmo.</p>			<p>Acepta con agrado las observaciones y recomendaciones sobre su condición física.</p> <p>Valora y reconoce sus</p>





	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

				desempeños obtenidos en sus prácticas.
--	--	--	--	--

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Sexto	Primero	
		Clei: III	Primero	
<b>OBJETIVO:</b> Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿De qué manera las pruebas y la actividad física, mejora mi calidad de vida?				
<b>COMPETENCIAS:</b> Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos. Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal. Competencia ciudadana: CONVIVENCIA Y PAZ: Contribuyo, de manera constructiva, a la convivencia en mi medio escolar. Competencia laboral: Establecer juicios argumentados y definir acciones adecuadas para resolver una situación determinada.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>

	ONES PEDAGOGICAS	APRENDIZAJE		
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.		Generalidades de la educación física	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Identifica las diferentes pruebas que le permiten conocer su condición y respuesta física y social.</p> <p><b>SABER HACER:</b></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>Realiza patrones de locomoción de forma repetitiva.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Valida la actividad física como forma de asumir estilos de vida saludables.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Combino diferentes movimientos a manos libres en la realización de prácticas deportivas.		Capacidades físicas y forma de medirlas.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.		.	
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.  Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la			

	<b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b> NUCLEO EDUCATIVO 917 <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b> <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,</i> <i>modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de</i> <i>julio de 2018</i> CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9	
---	--	---

	salud.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.			

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Sexto	Segundo
		Clei: III	Primero

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



**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Por qué la gimnasia me ayuda a explorar mis posibilidades de movimiento?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.  
 Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.  
 Competencia ciudadana: CONVIVENCIA Y PAZ: Contribuyo, de manera constructiva, a la convivencia en mi medio escolar.  
 Competencia laboral: solución de problemas: Observar, descubrir y analizar críticamente deficiencias en distintas situaciones para definir alternativas e implementar soluciones acertadas y oportunas.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES	DERECHOS BÁSICOS DE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
-------------	---	---------------------	-------------------	--------------------------

	PEDAGOGICAS	APRENDIZAJE	
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Ejecuto espontáneamente mis movimientos corporales y gestuales en las condiciones espaciales y con los objetos o materiales dispuestos para su realización.		<p>Gimnasia de mantenimiento.</p> <p>Acciones gimnásticas básicas.</p> <p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Describe coherentemente algunas acciones gimnásticas básicas.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Ejecuta y explora acciones gimnásticas predeterminadas y exploradas, potencializando sus capacidades físicas.</p> <p><b>SABER SER: d</b></p> <p>Disfruta realizando actividades físicas. el juegos y la gimnasia como medio para interactuar con los demás.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Reconozco mis posibilidades y condiciones propias y externas para la exploración de las variedades gimnásticas y expresiones motrices.		
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo y reconozco los conceptos de mis capacidades físicas, que me permiten elegir y participar en actividades y juegos que las ponen en práctica.		
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.		
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Comparo y ejecuto expresiones rítmicas y motrices en concordancia con las expresiones corporales y posibilidades gimnásticas.		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo libre para mejorar e interiorizar la actividad motriz y las expresiones corporales como parte de mi vida.		

	<b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b> NUCLEO EDUCATIVO 917 <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b> <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,</i> <i>modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de</i> <i>julio de 2018</i> CODIGODELDANE105001019062      NIT 811017266-9	
---	---	---

<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase			

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Sexto	Tercero
		Clei: III	Segundo
<b>OBJETIVO:</b> Manifestar a través de técnicas corporales toda la capacidad y posibilidad de expresar las emociones.			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo puedo comunicarme con los otros a través del cuerpo?			
<b>COMPETENCIAS:</b>  Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos. Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal. Competencia ciudadana: <b>PLURALIDAD, IDENTIDAD Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS:</b> Identifico y rechazo las diversas formas de discriminación en mi medio escolar y en mi comunidad, y analizo críticamente las razones que pueden favorecer estas discriminaciones. Competencia laboral: <b>COMUNICACIÓN</b> Reconocer y comprender a los otros y expresar ideas y emociones, con el fin de crear y compartir significados, transmitir ideas, interpretar y procesar conceptos y datos, teniendo en cuenta el contexto.			



COMPONENTES	ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.		Expresión corporal y cuerpo.	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Comprende la importancia de la expresión corporal en la cotidianidad y relaciones interpersonales</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Comparto mi disfrute por el movimiento y el juego para mejorar las relaciones</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal.		Expresión corporal y ritmo.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y la recuperación en la actividad física.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Ajusto mis movimientos al de mis compañeros y al ritmo de la música.  Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros de grupo.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	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.			interpersonales.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Utilizo 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.			Asumo compromisos de grupo, que propicie mejores ambientes de aprendizaje

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Sexto	Cuarto	
		Clei: III	Segundo	
<b>OBJETIVO:</b> Entender la importancia de la actividad física en la formación personal y social.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cuál es la relación de la actividad física y los hábitos físicos y sociales saludables?				
<b>COMPETENCIAS:</b>				
Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.				
Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.				
Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.				
Competencia ciudadana: PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA: Identifico y rechazo las situaciones en las que se vulneran los derechos fundamentales y utilizo formas y mecanismos de participación democrática en mi medio escolar				
Competencia laboral: ORIENTACIÓN ÉTICA: Regular el propio comportamiento, reflexionar sobre la propia actitud en relación con las actividades desarrolladas y responsabilizarse de las acciones realizadas.				

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Comprendo los efectos fisiológicos que mejoran mi condición física y salud corporal y mental.		Actividad física y algunos efectos fisiológicos.	<p><b>SABER CONOCER:</b></p> <p>Comprende los efectos fisiológicos que mejoran la condición física y salud corporal y mental.</p> <p>Relaciona la actividad física y deportiva como un recurso para adquirir hábitos de vida saludables.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Pone en práctica las normas básicas de higiene corporal y las condiciones para la práctica del juego y deporte.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Muestra interés en la adquisición de hábitos y</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Identifico la importancia de reconocer la aplicación de normas y condiciones de juego y deporte.		Actividad física y hábitos saludables.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Relaciono la práctica de la actividad física, los hábitos saludables.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Organizo juegos para desarrollar en la clase y participo propositivamente en actividades de clase.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Manifiesto la importancia de aplicar actividades corporales y juegos como una manera de facilitar los aprendizajes.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Identifico mis fortalezas y aspectos a mejorar en las prácticas físicas, de una manera saludable.			
	Oriento favorablemente la práctica de mi			





	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

	<p>aseo personal, con agrado y de manera natural, expresado mis beneficios y considerando la apreciación de mis compañeros.</p>			<p>prácticas de higiene corporal, mental y social.</p>
<p><b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre</p>	<p>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</p>			

<p><b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte</p>	<p><b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte</p>	<p><b>GRADO:</b></p>	<p><b>PERIODO ACADÉMICO:</b></p>
		<p>Séptimo</p>	<p>Primero</p>
		<p>Clei: III</p>	<p>Tercero</p>
<p><b>OBJETIVO:</b> Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.</p>			
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de acciones motrices?</p>			
<p><b>COMPETENCIAS:</b></p> <p>Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.          Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.          Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.          Competencia ciudadana: Contribuyo, de manera constructiva, a la convivencia en mi medio escolar.</p>			

Competencia laboral: **GESTIÓN Y MANEJO DE RECURSOS** Identificar, ubicar, organizar, controlar y utilizar en forma racional y eficiente los recursos disponibles, en la realización de proyectos y actividades.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos.		Generalidades y patones de locomoción y desplazamiento.  Patrones de manipulación óculo-pédica.	<b>SABER CONOCER:</b>  Caracteriza e identifica movimientos, desplazamientos, actividades físicas algunas modalidades y ejercicios de manipulación de objetos.  <b>SABER HACER:</b>  Ejecuta, movimientos, desplazamientos, actividades físicas manipulativas y de locomoción como hábito de vida saludable.  <b>SABER SER:</b>  Disfruta, motiva y
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes objetos.  Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración de ejercicios.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.  Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad.			



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen bienestar y disfrute.			posibilita la realización de actividades físicas y gimnásticas de manera individual y del grupo.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Comprendo la importancia de utilizar mi 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.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas.			

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Séptimo	Segundo
		Clei: III	Tercero
<b>OBJETIVO:</b> Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales?			
<b>COMPETENCIAS:</b>			

Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.  
 Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.  
 Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.  
 Competencia ciudadana: **PLURALIDAD, IDENTIDAD Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS:** Identifico y rechazo las diversas formas de discriminación en mi medio escolar y en mi comunidad, y analizo críticamente las razones que pueden favorecer estas discriminaciones.  
 Competencia laboral: **COMUNICACIÓN** Reconocer y comprender a los otros y expresar ideas y emociones, con el fin de crear y compartir significados, transmitir ideas, interpretar y procesar conceptos y datos, teniendo en cuenta el contexto.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIAS PEDAGÓGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.		Patrones de manipulación óculo-manual.	<b>SABER CONOCER:</b>  Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo.  <b>SABER HACER:</b>  Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos.		Expresión corporal y ritmo.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música. Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones al grupo.			<b>SABER SER:</b>  Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acordes a un estilo.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual, en parejas y el grupo.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase			

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Séptimo	Tercero
		Clei: III	Cuarto
<b>OBJETIVO:</b> Entender la importancia de cambios fisiológicos y practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.			

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.



Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.

Competencia ciudadana: PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA: Identifico y rechazo las situaciones en las que se vulneran los derechos fundamentales y utilizo formas y mecanismos de participación democrática en mi medio escolar

Competencia laboral: REFERENCIACIÓN COMPETITIVA Identificar los mecanismos, procedimientos y prácticas de otros para mejorar los propios desempeños.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Realizo actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas.		Cualidades físicas y cambios fisiológicos.  Variables del ejercicio.	<b>SABER CONOCER:</b>  Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física.  Entiende las funciones de los sistemas cardiaco, respiratorio, esquelético y muscular.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Ejecuto actividades teniendo en cuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardiorrespiratorio.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Relaciono como la práctica de la actividad física mejora las respuestas			

	motoras y los sistemas fisiológicos.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Participo en las propuestas de juego y actividad física dentro de la clase.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos.			<b>SABER HACER:</b>
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	<p>Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.</p> <p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.</p>			Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud.
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Utilizo 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.			Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.
				<b>SABER SER:</b> Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Séptimo	Cuarto	
		Clei: III	Cuarto	
<p><b>OBJETIVO:</b> Entender la importancia del ajuste corporal y practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.</p> <p>Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria</p>				
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo ajustar posturas corporales adecuadas en la práctica de actividades físicas y de la vida cotidiana?</p>				
<p><b>COMPETENCIAS:</b></p> <p>Competencia motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.          Competencia expresiva corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.          Competencia axiológica corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.          Competencia ciudadana: Contribuyo, de manera constructiva, a la convivencia en mi medio escolar.          Competencia laboral: <b>ORIENTACIÓN AL SERVICIO</b> Identificar y comprender las necesidades de otros y estar dispuesto a orientar, apoyar, compartir y ejecutar acciones para satisfacerlas.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Perfecciono posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.		Ajuste corporal y actividad física	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica con claridad las



<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Practico elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas correctamente.		<p>Fundamentos técnicos y juegos pre deportivos.</p> <p>posturas corporales adecuadas en la práctica de actividades físicas y de la vida cotidiana.</p> <p><b>SABER HACER:</b></p> <p>Práctica y participa de las diversas actividades, físicas conservando el manejo postural y espacial.</p> <p><b>SABER SER:</b></p> <p>Asume de forma eficiente y respetuosa, el ajuste corporal al compartir con sus compañeros.</p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.		
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.		
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Procuró cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.		

<p><b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre</p>	<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>			
<p><b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte</p>	<p><b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte</p>	<p><b>GRADO:</b> Octavo Clei: IV</p>	<p><b>PERIODO ACADÉMICO:</b> Primero Primero</p>	
<p><b>OBJETIVO:</b> Seleccionar técnicas de movimiento propias de cada actividad, con el fin de perfeccionar su ejecución.</p>				
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo mejoro mi condición física, a partir del fortalecimiento de las cualidades físicas y coordinativas?</p>				

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física, incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional. Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas. Relaciono los resultados de las pruebas físicas, con el fin de mejorarlas. Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.

Competencia expresiva corporal: Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.

Competencia axiológica corporal: Selecciono y pongo en práctica actividades físicas para la conservación de la salud individual y social.



Competencia ciudadana: Preveo las consecuencias, a corto y largo plazo, de mis acciones y evito aquellas que pueden causarme sufrimiento o hacérselo a otras personas, cercanas o lejanas.

Competencia laboral: Cumpló las normas de comportamiento definidas en un espacio dado.



<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas y deportivas en mi tiempo libre.		Capacidades coordinativas.  Cualidades físicas.	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica cómo la práctica motriz incide favorablemente en su desarrollo físico.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de			<b>SABER HACER:</b> Practica de forma habitual y regulada

	diferentes prácticas motrices y deportivas.		<p>actividades físicas destinadas a mejorar su salud y bienestar.</p> <p><b>SABER SER:</b> Valora y disfruta la actividad física como una forma para mejorar su salud y bienestar.</p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Asimilo y fortalezco cada una de las cualidades físicas.		
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.		
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Domino la ejecución de movimientos en diferentes prácticas deportivas.		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.		
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.		



<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Octavo	Segundo

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

Deporte		Clei: IV	Primero
<p><b>OBJETIVO:</b> Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</p>			
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Qué representaciones mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?</p>			
<p><b>COMPETENCIAS:</b></p> <p>Competencia motriz: Seleccione movimientos que generen amplitud, destreza y autonomía de movimientos.          Ejecuto movimientos en concordancia con ritmos y objetos seleccionados.          Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.          Competencia expresiva corporal: Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente.          Competencia axiológica corporal: Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices.          Competencia ciudadana: Conozco y utilizo estrategias creativas para solucionar conflictos. (Por ejemplo, la lluvia de ideas.)          Competencia laboral: Utilizo adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición</p>			
COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Combino movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical		<p><b>SABER CONOCER:</b>          Consulta y argumenta temas relacionados con el ritmo y las expresiones</p>
<b>TÉCNICAS DEL</b>	Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento diferentes prácticas motrices y		
			<p>Expresiones motrices.          Bailes y danzas típicas de las</p>

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---



<b>CUERPO</b>	deportivas.		regiones Colombia.	de motrices.
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.			<b>SABER HACER:</b> Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal y coordinación.
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.			<b>SABER SER:</b> Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social.
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Participo en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>		<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Octavo		Tercero
		Clei: IV		Segundo
<b>OBJETIVO:</b> Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo articulo la práctica deportiva para fortalecer mis condiciones de salud y bienestar?				
<b>COMPETENCIAS:</b> Competencia motriz: Realizo procesos de acondicionamiento músculo-esquelético. Participo en la realización de actividades de preparación física y mental para el juego. Establezco relaciones de bienestar y convivencia para el disfrute de la actividad deportiva. Competencia expresiva corporal: Propongo actividades de grupo y equipo que mejoren las condiciones del juego y el cumplimiento del objetivo establecido en común acuerdo. Competencia axiológica corporal: Reconozco mis condiciones corporales y motrices en beneficio de mi salud y la convivencia escolar. Competencia ciudadana: Participa, toma decisiones y elige cómo comportarse en determinadas situaciones. Competencia laboral: Asumo las consecuencias de mis propias acciones.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación.		Acondicionamiento físico.	<b>SABER CONOCER:</b> Comprende la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida
<b>TÉCNICAS DEL</b>	Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de			



<b>CUERPO</b>	seguridad.		Deportes:  Baloncesto	saludable.
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.			<b>SABER HACER:</b> Participa en las actividades deportivas propuestas, con posibilidad de seleccionar aquellas que le generan bienestar y disfrute.
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.			<b>SABER SER:</b> Cooperar y hacer parte de equipos de juego con sus compañeros para realizar actividades en clase.
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Establece relaciones interpersonales y entiende la mecánica de los movimientos.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	---	--



<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Octavo	Cuarto	
		Clei: IV	Segundo	
<b>OBJETIVO:</b>				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo evalúo y hago seguimiento a mi condición física y cognitiva a partir de la aplicación de pruebas específicas?				
<b>COMPETENCIAS:</b>				
<p>Competencia motriz: Realizo pruebas que dan cuenta de mis condiciones musculo-esqueléticas.          Participo de acciones estratégicas de juego en equipo y grupo.          Ejecuto durante el juego acciones técnicas practicadas en clase.</p> <p>Competencia expresiva corporal: Ejecuto acciones estratégicas y las relaciono con los resultados de la práctica.          Realizo acciones que permitan la aplicación de aquellas condiciones físicas que benefician los resultados de la actividad.</p> <p>Competencia axiológica corporal: Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello y me esfuerzo para mejorarlas.</p> <p>Competencia ciudadana: Contribuyo constructivamente a la convivencia pacífica en mi medio escolar y en mi comunidad.</p> <p>Competencia laboral: Reconozco mis habilidades, destrezas y talentos.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.		Técnicas de tensión y relajación.	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica su condición

			<p>Beneficios y efectos de la actividad física</p> <p>física a partir de la realización de pruebas específicas.</p> <p><b>SABER HACER:</b>          Propone actividades físicas que ayuden a mejorar su condición física.</p> <p><b>SABER SER:</b> Cumple de forma eficiente y oportuna y disfruta de las actividades asignadas en clase.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal.		
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Relaciono los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.		
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.		
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación		
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.		
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	---	--

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Noveno	Primero	
		Clei: IV	Tercero	
<b>OBJETIVO:</b> Seleccionar técnicas propias de cada actividad, teniendo en cuenta el momento y la oportunidad de su ejecución en beneficio de los resultados del grupo				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Por qué es importante poseer una buena condición física y a través de qué elementos se puede mejorar?				
<b>COMPETENCIAS:</b> Competencia motriz: Seleccione diferentes acciones motrices e identifique las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas. Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices. Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos. seguimiento Competencia expresiva corporal: Seleccione diferentes acciones motrices e identifique las cualidades y los grupos motores que intervienen y coinciden en cada una de ellas. Identifico las capacidades físicas más relevantes en cada una de las prácticas motrices. Apropio las reglas de juego y las dispongo en los momentos requeridos. Competencia axiológica corporal: Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación Competencia ciudadana: Construyo, celebro, mantengo y reparo acuerdos entre grupos. Competencia laboral: Identifico mis emociones y reconozco su influencia en mi comportamiento y decisiones.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES</b>	<b>DERECHOS</b>	<b>NUCLEOS</b>	<b>INDICADORES DE</b>

	DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	BÁSICOS DE APRENDIZAJE	TEMATICOS	DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.		Manejo del pulso, frecuencia respiratoria y frecuencia cardíaca  Test de conducta de entrada: flexibilidad, saltabilidad, lanzamientos, velocidad y resistencia	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.  <b>SABER HACER:</b> Propone actividades físicas que ayuden a mejorar su condición física.  <b>SABER SER:</b> Cumple de forma eficiente y oportuna y disfruta de las actividades asignadas en clase.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.			
<b>PROYECTO</b>	Participo en propuestas concretas para			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

<b>PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.			
--	---	--	--	--

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Noveno	Segundo
		Clei: IV	Tercero

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

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cuál es la importancia de los hábitos de vida saludables en la prevención de las lesiones deportivas y deterioro de la salud?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Realizo rutinas de trabajo motriz, de manera regular, disciplinada y responsable como parte de mi vida. Genero espacios de actividades de grupo que propicien la lúdica y la ocupación adecuada del tiempo libre. Establezco relaciones de empatía y buena convivencia con los compañeros para preservar y generar diferentes posibilidades

Competencia expresiva corporal: Propongo actividades deportivas y recreativas con mis compañeros, con condiciones y reglas previamente acordadas.

Competencia axiológica corporal: Reconozco mis potencialidades y condiciones de mi personalidad para hacer de la actividad física un momento agradable y beneficioso para mi vida.

Competencia ciudadana: Utilizo mecanismos constructivos para encauzar mi rabia y enfrentar mis conflictos. (Ideas: detenerme y pensar; desahogarme haciendo ejercicio o hablar con alguien).

Competencia laboral: Tengo en cuenta el impacto de mis emociones y su manejo en mi relación con otros.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.		Hábitos de vida saludables.	<p><b>SABER CONOCER:</b>            Comprende la importancia de fortalecer las prácticas motrices como parte de los hábitos de vida saludables.</p> <p>Percibe la importancia de prevenir una lesión deportiva contribuyendo a que la práctica de actividad física sea una experiencia gratificante y positiva.</p> <p><b>SABER HACER:</b>            Ejecuta de manera planificada actividades motrices, apropiadas a sus condiciones y características corporales.</p> <p>Hace seguimiento y es consciente de los cambios</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas		Lesiones deportivas musculares.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.			

				<p>corporales y de la personalidad, obtenidos a través de la práctica seleccionada.</p> <p><b>SABER SER:</b> Muestra interés por establecer ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.</p>
<p><b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre</p>	<p>Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase</p>			

<p><b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte</p>	<p><b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte</p>	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Noveno	Tercero
		Clei: IV	Cuarto
<p><b>OBJETIVO:</b> Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</p>			
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cuál es la importancia de la práctica individual y grupal de actividades motrices en la salud de la comunidad a la que pertenece?</p>			
<p><b>COMPETENCIAS:</b></p> <p>Competencia motriz: Controlo la respiración como mecanismo para controlar movimientos y gestos que pueden generar dificultades en el</p>			

grupo.  
 Comprendo la necesidad de establecer previamente y de común acuerdo las condiciones en la práctica de deportes individuales y de conjunto.  
 Competencia expresiva corporal: Selecciono actividades que me generen goce y lúdica en mi tiempo de ocio  
 Genero espacios de convivencia y disfrute a través de la práctica de juegos deportivos.  
 Competencia axiológica corporal: Reconozco las condiciones y valores propias y del grupo y las resalto en los escenarios de juego.  
 Competencia ciudadana: Sirvo de mediador en conflictos entre compañeros y compañeras, cuando me autorizan, fomentando el diálogo y el entendimiento.  
 Competencia laboral: Asigno y asumo roles y responsabilidades de acuerdo con las aptitudes de los miembros del equipo.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Selecciono movimientos de desplazamiento y manipulación.		Deportes de conjunto e individuales	<b>SABER CONOCER:</b> 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.  <b>SABER HACER:</b> Planifica y participa con sus compañeros actividades motrices
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.		Primeros auxilios	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.		.	
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de			



	juego.			básicas y complejas.
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Selección técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.			<b>SABER SER:</b> Aprecia el trabajo colaborativo en la realización de actividades motrices básicas y complejas.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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.			

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Noveno	Cuarto
		Clei: IV	Cuarto
<b>OBJETIVO:</b> Asumir la toma de decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.			
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo fortalecer los hábitos de higiene y postura corporal para mejorar nuestra salud?			



**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.  
 Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas en buenas condiciones de seguridad.  
 Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.  
 Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.  
 Competencia expresiva corporal: Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.  
 Competencia axiológica corporal: Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal  
 Competencia ciudadana: Identifico mis emociones ante personas o grupos que tienen intereses o gustos distintos a los míos y pienso cómo eso influye en mi trato hacia ellos.  
 Competencia laboral: Asumo las consecuencias de mis decisiones.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.		Hábitos, higiene postural, corporal y deportiva.	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica las formas de la promoción de la salud, postura e higiene corporal.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.		La fatiga en la actividad física, vida sedentaria y estrés	<b>SABER HACER:</b> Realiza con eficiencia y agrado las actividades que contribuyen a establecer hábitos de vida saludable y calidad de
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.		.	

<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.			vida.  <b>SABER SER:</b> Es referente ante el grupo por la práctica regulada y cotidiana de actividad física, orden, aseo y alimentación saludable.
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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.			

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Décimo	Primero
		Clei: V	Primero
<b>OBJETIVO:</b> Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo ejercitarme en una rutina diaria que me permita tener cuidado y respeto por mi cuerpo y mis emociones?

**COMPETENCIAS:**

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

Competencia expresiva corporal: Seleccione técnicas de movimientos centralizados, que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo. Practico actividades físicas individuales y colectivas, bajo diferentes condiciones del contexto: presión tranquilidad, ruido – silencio consideración.

Ajusto mis movimientos y emociones buscando el equilibrio y bienestar, propiciando relaciones interiores y con el otro de valores y ética. Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.

Competencia axiológica corporal: Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y principios básicos sobre salud y calidad de vida.



Competencia ciudadana: Contribuyo a que los conflictos entre personas y entre grupos se manejen de manera pacífica y constructiva mediante la aplicación de estrategias basadas en el diálogo y la negociación.

Competencia laboral: Identifico los elementos y acciones que debo mejorar.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.		Actividad física y salud en diferentes etapas de la vida.	<b>SABER CONOCER:</b> Conoce la lógica interna de un plan de trabajo físico acorde a sus capacidades, condiciones
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.		Expresión corporal,	

			emociones, y juego.	y necesidades.
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.			<b>SABER HACER:</b> Propone su plan de trabajo específico, que se implementa en rutinas diarias, para mejorar su condición física.
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.			<b>SABER SER:</b> Reconoce sus capacidades motrices y respeta la de los demás.
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.			

<b>ÁREA:</b> Educación	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
------------------------	---	---------------	---------------------------

	<b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b> NUCLEO EDUCATIVO 917 <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b> <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,</i> <i>modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de</i> <i>julio de 2018</i> CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9	

Física, Recreación y Deporte		Décimo	Segundo
		Clei: V	Primero

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

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿De qué manera puedo hacer uso de mí tiempo libre para la transformación de la sociedad?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Participo en las actividades físicas propuestas por la institución.

Elaboro mi plan de trabajo teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos

Participo en la planeación y organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.

Competencia expresiva corporal: Realizo montajes dancísticos y prácticas lúdicas para presentarlos en la institución

Competencia axiológica corporal: Hago parte de las acciones institucionales que invitan al buen uso del tiempo libre y la práctica de una sana convivencia.

Competencia ciudadana: Utilizo distintas formas de expresión para promover y defender los derechos humanos en mi contexto escolar y comunitario.

Competencia laboral: Identifico las debilidades de los procesos propios (en los ámbitos educativo, deportivo, social, cultural, entre otros).

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.		Organización de torneos interclases (fixture)	<b>SABER CONOCER:</b> Conoce algunos sistemas de juego que se implementan de acuerdo al tipo de torneo o
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.			



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

			Tabla de resultados, programación, organización	campeonato a realizar.
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.		Lesiones deportivas osteo -musculares	<b>SABER HACER:</b> Organiza y fomenta torneos internos y acata las reglas de juego establecidas.
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.			<b>SABER SER:</b> Reconoce la importancia del cuidado de su cuerpo y las prevenciones a tener en cuenta en la práctica de actividad física.
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase.			

<b>ÁREA:</b> Educación	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
------------------------	---	---------------	---------------------------

Física, Recreación y Deporte		Décimo	Tercero
		Clei: V	Segundo

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

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo reconozco y Contribuyo en la construcción de prácticas corporales autóctonas y alternativas?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.

Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.

Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos

Competencia expresiva corporal: Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.

Competencia axiológica corporal: Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida



Competencia ciudadana: Comprendo que el respeto por la diferencia no significa aceptar que otras personas o grupos vulneren derechos humanos o normas constitucionales.

Competencia laboral: Identifico buenas prácticas y las adapto para mejorar mis propios procesos y resultados.

COMPONENTES	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.		Ritmos musicales autóctonos y alternativos.	<b>SABER CONOCER:</b> Identifica las prácticas corporales autóctonas y





<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.		Salud y actividad física	<p>las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.</p> <p><b>SABER HACER:</b> Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.</p> <p><b>SABER SER:</b> Demuestra capacidad para aplicar procedimientos y actividades físicas que ayuden a mejorar su calidad de vida.</p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Décimo	Cuarto	
		Clei: V	Segundo	
<b>OBJETIVO:</b> Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física favoreciendo el cuidado de sí mismo.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo puedo mejorar el pensamiento táctico deportivo a partir del trabajo en equipo?				
<b>COMPETENCIAS:</b>				
<p>Competencia motriz: Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas específicas.          Aplico para mi vida cotidiana tácticas que generen una cultura física y hábitos saludables.          Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.</p> <p>Competencia expresiva corporal: Construyo y planifico acciones diversas y dinámicas que permitan innovación y creatividad en los hábitos de vida</p> <p>Competencia 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 pertenezco</p> <p>Competencia ciudadana: Comprendo la importancia de la defensa del medio ambiente, tanto en el nivel local como global, y participo en iniciativas a su favor.</p> <p>Competencia laboral: Reconozco mis fortalezas y debilidades frente a mi proyecto personal.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO</b>	Utilizo técnicas respiratorias y de relajación		Cultura física -	<b>SABER CONOCER:</b>

<b>MOTOR</b>	en la actividad física.		deportes	Identifica la lógica y los intereses de la práctica motriz individual y colectiva.  <b>SABER HACER:</b> Aplica en situaciones de juego los fundamentos técnicos y los principios de convivencia.  <b>SABER SER:</b> Fomenta la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.		Enfermedades más comunes en el ámbito escolar y medidas de prevención.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.		.	
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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			

	<b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b> NUCLEO EDUCATIVO 917 <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b> <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,</i> <i>modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de</i> <i>julio de 2018</i> CODIGODELDANE105001019062      NIT 811017266-9	
---	---	---

	estrés, los conflictos intrafamiliares.			
--	---	--	--	--

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Once	Primero
		Clei: VI	Primero

**OBJETIVO:** Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar.



**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Por qué fomenta la responsabilidad y la cooperación en la práctica de los juegos y deportes?

**COMPETENCIAS:**

Competencia motriz: Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución.  
 Establezco con los compañeros indicadores que muestren las manifestaciones y hábitos del sujeto y los grupos.  
 Competencia expresiva corporal: Participo en la organización y seguimiento de actividades institucionales que ayuden al desarrollo del ser.  
 Competencia axiológica corporal: Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.  
 Competencia ciudadana: Identifico prejuicios, estereotipos y emociones que me dificultan sentir empatía por algunas personas o grupos y exploro caminos para superarlos.  
 Competencia laboral: Establezco con los otros las reglas de juego.



COMPONENTES	ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS	DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	NUCLEOS TEMATICOS	INDICADORES DE DESEMPEÑO
<b>DESARROLLO</b>	Ejecuto con calidad secuencias de		Recreación y	<b>SABER CONOCER:</b>

<b>MOTOR</b>	movimiento con elementos y obstáculos.		actividad física	Diferencia los fundamentos y principios de re- creación, lúdica ocio, tiempo libre y ritmo, establecidos y espontáneos, desde las condiciones contextuales y poblacionales.  <b>SABER HACER:</b> Propone juegos recreativos, tradicionales y de ritmo, apoyados en condiciones y características específicas.  <b>SABER SER:</b> Adopta una actitud crítica ante las diferentes propuestas de las actividades recreativas.
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.		Juego y clases de juego.	
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico		.	
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo en propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar y las prácticas deportivas.			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>	<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>	
		Once	Segundo	
		Clei: VI	Primero	
<b>OBJETIVO:</b> Elaborar propuestas de hábitos de vida personales y socializarlas con sus compañeros.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo hago parte para la implementación y participación de los estudiantes en las prácticas corporales para mejorar la calidad de vida del sujeto y del contexto?				
<b>COMPETENCIAS:</b>				
<p>Competencia motriz: Diseño actividades para desarrollarlas institucionalmente.          Preparo presentaciones teórico prácticas, que motiven a la práctica motriz.          Establezco estrategias que muestren la cotidianidad institucional y las opciones y propuestas de mejora          Competencia expresiva corporal: Presento a la institución el registro de los resultados presentados en las actividades deportivas.          Competencia axiológica corporal: Me intereso en presentar propuestas que construyan y prevengan situaciones de riesgo y conflicto dentro del juego.          Competencia ciudadana: Identifico y analizo dilemas de la vida en los que los valores de distintas culturas o grupos sociales entran en conflicto y exploro distintas opciones de solución, considerando sus aspectos positivos y negativos.          Competencia laboral: Oriento mis acciones para satisfacer los requerimientos y necesidades de los otros en los contextos en que tengo responsabilidad por su bienestar.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>



<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.		<p>Hábitos de vida saludables</p> <p>Nutrición y salud.</p>	<p><b>SABER CONOCER:</b>            Demuestra con resultados y con apoyos conceptuales y científicos los beneficios de asumir los hábitos de vida saludables</p> <p><b>SABER HACER:</b>            Propone diferentes tipos de prácticas motrices y los proyecta a su comunidad.</p> <p><b>SABER SER:</b> Progresa en la adquisición de hábitos saludables cotidianos y los proyecta en su contexto.</p>
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas.			
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.			
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Fomento los valores y normas a través de practica deportivas en la hora de recreo que complementen el trabajo de la clase			

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>		<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Once		Tercero
		Clei: VI		Segundo
<b>OBJETIVO:</b> Asegurar la confianza y autonomía en la decisión de apropiarse actividades que favorecen el cuidado de sí mismo.				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo relaciono la práctica deportiva con la salud del sujeto y el colectivo?				
<b>COMPETENCIAS:</b> Competencia 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 plan de condición física. Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. Competencia expresiva corporal: Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones. Competencia axiológica corporal: Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida. Competencia ciudadana: Analizo críticamente el sentido de las leyes y comprendo la importancia de cumplirlas, así no comparto alguna de ellas. Competencia laboral: Reconozco mis fortalezas y debilidades frente a mi proyecto personal.				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.		La actividad física,	<b>SABER CONOCER:</b> Reconoce los cambios del





<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.		el deporte: cambios físicos, psíquicos y fisiológicos.	<p>sujeto presentados en situaciones de juego en los deportes individuales y de conjunto.</p> <p><b>SABER HACER:</b> Aplica acciones que aportan al buen desarrollo de las actividades.</p> <p><b>SABER SER:</b> Coopera y participa en juegos grupales respetando los roles, la individualidad y el género.</p>
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física, pausa-actividad física, en mi plan de condición física.		Deporte: béisbol	
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.		.	
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Comprendo la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	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>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>          Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

<b>ÁREA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>ASIGNATURA:</b> Educación Física, Recreación y Deporte	<b>GRADO:</b>		<b>PERIODO ACADÉMICO:</b>
		Once		Cuarto
		Clei: VI		Segundo
<b>OBJETIVO:</b> Definir las prácticas cotidianas de hábitos de vida saludables según intereses y aportes a su bienestar				
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo puedo intervenir en la comunidad para promocionar estilos de vida saludable?				
<b>COMPETENCIAS:</b>				
<p>Competencia motriz: Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física – pausa -actividad física, en mi plan de condición física. Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.</p> <p>Competencia expresiva corporal: Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.</p> <p>Competencia axiológica corporal: Cultivo hábitos de higiene postural, que contribuyan al mejoramiento de mi calidad de vida.</p> <p>Competencia ciudadana: Valoro positivamente las normas constitucionales que hacen posible la preservación de las diferencias culturales y políticas, y que regulan nuestra convivencia.</p> <p>Competencia laboral: Verifico el avance de mi proyecto de vida.</p>				
<b>COMPONENTES</b>	<b>ESTÁNDARES DECOMPETENCIA/ORIENTACIONES PEDAGOGICAS</b>	<b>DERECHOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>NUCLEOS TEMATICOS</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.		Sistema Óseo y grandes grupos	<b>SABER CONOCER:</b> Reconoce la promoción de la salud como estrategia para contribuir
<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de			

	seguridad y ecológicos.		musculares.	a la salud colectiva.
<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.		Estilos de vida saludables y educación ambiental y educación física.	<p><b>SABER HACER:</b> Planea y propone actividades motrices que contribuyen al trabajo en grupo y a la proyección del trabajo en comunidad.</p> <p><b>SABER SER:</b> Coopera y participa en actividades promocionales de estilos de vida saludable respetando los roles, la individualidad y el género.</p>
<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.			
<b>LENGUAJES CORPORALES</b>	Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.			
<b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b>	Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.			
<b>PROYECTO PEDAGÓGICO TRANSVERSAL:</b> Tiempo libre	Participo de actividades recreativas, deportivas y lúdicas en mi tiempo libre.			

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--



## 7. 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:**

Las integraciones curriculares 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.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

### **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.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
---	--	---

**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.

## 8. FLEXIBILIZACIÓN CURRICULAR



Atención a estudiantes con necesidades educativas especiales: ver proyecto de inclusión. Ninguna persona puede ser excluida ni marginada de la práctica de la Educación Física, Recreación y Deporte al invocar razones de discapacidad u otra condición, por cuanto 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.

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:

Implementar el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) Pautas para su introducción en el currículo, para tal efecto se presentan los apartes especiales específicos del área a implementar, en especial y siempre en cuando se cuente con los medios informáticos para su realización:

### I. Formas de representación.

**1. Opciones para percibir la información:** ejemplos gráficos, texto escrito en documento, texto escrito de varios compañeros que realizan la tarea, texto escrito en el tablero. Uso de la sala de informática cuando sea posible para que definiciones, conceptos, videos en pc permitiendo así: Cambiar el tamaño del texto, de la letra o el tipo de fuente. Medir el contraste entre fondo, texto e imagen. Utilizar el color como medio de información o para resaltar algún elemento. Variar el volumen o la velocidad con la que se presenta la información sonora.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

**Opciones alternativas de información auditiva:** videos, charlas, mesa redonda, exposición por parte de estudiantes, dictado, exposición de parte del docente y los estudiantes, búsqueda en internet, presentación en video Beam o en cada pc, permitido el uso de audífonos.

**Alternativas de información visual:** imágenes, gráficos, animaciones, videos o texto para presentar información en el aula además se brinda espacio para: Usar descripciones texto-voz en imágenes, gráficos y videos, o convertir el texto digital (PDF) en audio, se puede llevar a la práctica al Permitir la participación de un compañero o compañera para que lea el texto en voz alta. Utilizar programas informáticos que hagan posible la conversión de texto a voz.

## 2. Proporcionar múltiples opciones para el lenguaje y los símbolos

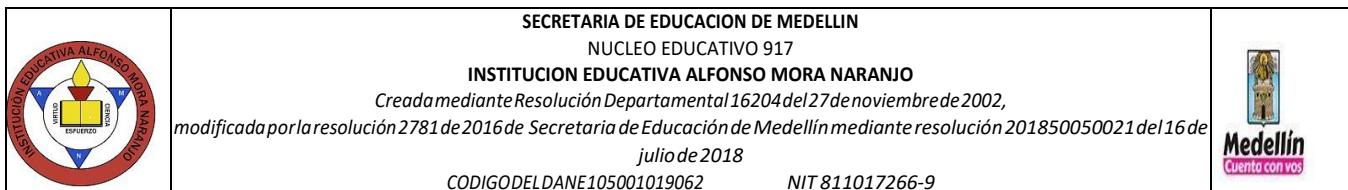
**Definir el vocabulario y los símbolos:** utilizar y enseñar vocabulario, iconos y símbolos clave que representan la idea, utilizando descripciones de texto de los símbolos gráficos, presentar alternativas, destacar el modo en que palabras y símbolos sencillos forman otros más complejos.

### Clarificar la sintaxis y la estructura

Explicar las relaciones entre los elementos (por ejemplo, a través de mapas conceptuales). Establecer conexiones con estructuras previas. Resaltar las palabras de transición en un texto. Enlazar ideas.

### Promover la comprensión entre diferentes idiomas





Enlazar palabras clave con sus definiciones en inglés. Proporcionar herramientas electrónicas de traducción o enlaces a glosarios multilingües.

### **Ilustrar las ideas principales a través de múltiples medios**

Presentar los conceptos clave en formas alternativas al texto (imágenes, movimiento, tabla, video, fotografía, material físico y/o manipulable, etc.).

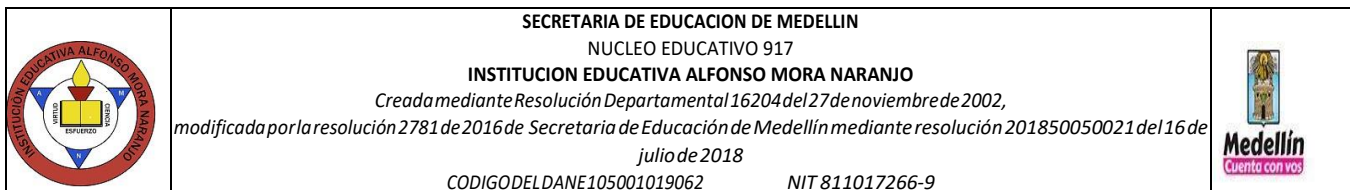
### **3. Proporcionar opciones para la comprensión.**

#### **Activar los conocimientos previos:**

Fijar conceptos previos ya asimilados. Utilizar organizadores gráficos para visualizar las relaciones entre la información o los conceptos. Enseñar los conceptos previos que son esenciales para el nuevo aprendizaje. Vincular conceptos (mediante analogías, metáforas...). Hacer conexiones curriculares explícitas, como enseñar estrategias lectoras en otras materias.

**Destacar patrones, características fundamentales, ideas principales y relaciones entre ellas:** Destacar los elementos básicos. Utilizar esquemas, organizadores gráficos..., para destacar las ideas fundamentales y las relaciones entre conceptos o elementos. Poner ejemplos y contraejemplos. Identificar y hacer explícitas habilidades previas que se pueden utilizar para resolver nuevos problemas.

#### **Guiar el procesamiento de la información, la visualización y la manipulación**



Indicaciones explícitas de cada uno de los pasos que componen un proceso secuencial. - Métodos y estrategias de organización. - Modelos de cómo enfrentarse o explorar los nuevos aprendizajes. - Apoyos graduales para ir usando las estrategias de procesamiento de la información. - Ejemplos o estrategias variadas para estudiar una

Agrupar la información en unidades más pequeñas o subtemas, Presentar los contenidos de manera progresiva, no todos a la vez.

### **Maximizar la memoria y la transferencia de información**

Utilizar listas de comprobación, organizadores, notas, recordatorios, etc. Usar estrategias mnemotécnicas. Incorporar acciones de revisión de lo aprendido. Proporcionar plantillas y organizadores que faciliten tomar apuntes. Establecer apoyos para conectar la información nueva con los conocimientos previos.



## **II. Proporcionar múltiples formas de acción y expresión**

Utilizando texto escrito, pero no oral, y viceversa y diferentes opciones para llevar a cabo las tareas de aprendizaje y la forma de expresar que se han alcanzado.

### **4. Proporcionar múltiples medios físicos de acción.**

**Proporcionar varios métodos de respuesta:** Proporcionar alternativas en el ritmo, en los plazos y en la acción que hay que realizar para responder a las preguntas o hacer las tareas dando plazos suficientes para hacerlo. Permitir que se puedan dar respuestas físicas o por selección a lo aprendido en el trabajo práctico.

Ofrecer diferentes posibilidades para interactuar con los materiales:

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

En proporcionar diferentes métodos para moverse a través de la información y para interaccionar con el contenido (buscar, responder, seleccionar, redactar, etc.) en especial en las tareas y actividades extra clase.

### **Ofrecer diferentes posibilidades para interactuar con los materiales**

Proporcionar diferentes métodos para moverse a través de la información y para interaccionar con el contenido (buscar, responder, seleccionar, redactar, etc.). en especial cuando se puede usar la sala por motivos de tiempo y espacio institucional.

### **5. Proporcionar opciones para la expresión y hacer fluida la comunicación**



**Utilizar múltiples formas o medios de comunicación**, promoviendo el uso de medios alternativos para expresarse, utilizar diferentes estrategias para la resolución de problemas Proporcionar aplicaciones de comunicación y herramientas web interactivas. Componer o redactar manejando múltiples medios (texto, voz, dibujos, cine, música, movimiento, arte visual, etc.) cuando se puede usar la sala por motivos de tiempo y espacio institucional.

#### **Usar múltiples herramientas para la composición y la construcción**

Proporcionar múltiples herramientas o apoyos para redactar, componer.

Usar correctores ortográficos y gramaticales. Incorporar software de predicción de palabras. Facilitar herramientas gráficas. Utilizar materiales virtuales. Cuando se puede usar la sala por motivos de tiempo y espacio institucional.

Proporcionar materiales que se puedan manipular. Uso de implementos y materiales deportivos.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

### **Incorporar niveles graduados de apoyo en los procesos de aprendizaje**

Usar variedad de mentores: profesor, tutor de apoyo (que usen distintas estrategias didácticas) y compañeros. Permitir apoyos que se pueden retirar gradualmente, según aumenta la autonomía. Facilitar la retroalimentación formativa. Proporcionar ejemplos de soluciones novedosas a problemas reales.

### **6. Proporcionar opciones para las funciones ejecutivas**

#### **Guiar el establecimiento de metas adecuadas**

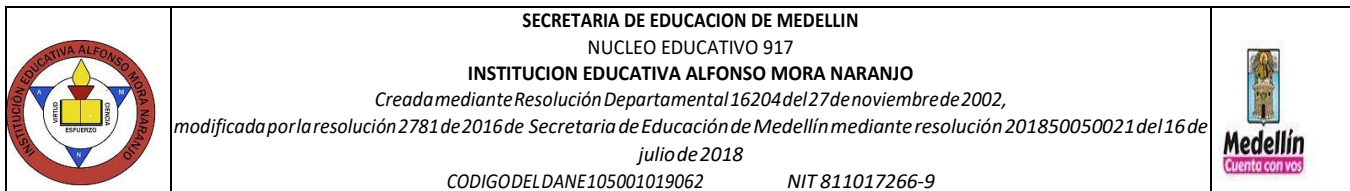
Incorporar apoyos graduados para aprender a establecer metas personales que supongan un reto, pero que, a la vez, sean realistas. Incorporar apoyos para hacer una estimación previa del esfuerzo, los recursos que se van a utilizar y el grado de dificultad. Hacer visibles los objetivos. Proporcionar pautas y listas de comprobación para definir objetivos.

#### **Apoyar la planificación y el desarrollo de estrategias**

Establecer diferentes opciones que fomenten la planificación y el desarrollo de estrategias para lograr los objetivos, y en proporcionar apoyos graduados para ejecutar con efectividad dichas estrategias

Planificar tiempos. Utilizar listas de comprobación y plantillas de planificación de proyectos. Proporcionar mentores que modelen el proceso de pensar en voz alta. Facilitar pautas para dividir metas a largo plazo en objetivos a corto plazo alcanzables.

#### **Facilitar la gestión de información y de recursos**



Proporcionar estructuras internas y organizadores externos para mantener la información organizada y en mente, favoreciendo la memoria de trabajo.

Usar listas de comprobación. Posibilitar pautas para tomar notas.

### **Mejorar la capacidad para hacer un seguimiento de los avances**

Dar retroalimentación formativa que permita a los estudiantes controlar su propio progreso y utilizar esa información para regular su esfuerzo y su práctica.

Usar representaciones de los avances, Instar a los estudiantes a identificar qué tipo de realimentación esperan o necesitan. Emplear la estrategia de autoevaluación. Utilizar listas o matrices de evaluación. Proporcionar ejemplos de prácticas. Facilitar trabajos de estudiantes evaluados que incluyan comentarios.

### **Proporcionar múltiples formas de expresión:**



Se dan orientaciones de la actividad a realizar fuera del aula y las normas a cumplir.

Luego se realiza la parte práctica en los diferentes espacios institucionales apropiados para la ejecución de las actividades.

## **III. Proporcionar múltiples formas de implicación**

### **7. Proporcionar opciones para captar el interés**

Por ello, buena parte de la actividad docente se dedica a captar la atención y a lograr la implicación de los estudiantes. Estos difieren de manera significativa en lo que atrae su atención y motiva su interés.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

### **Optimizar la elección individual y la autonomía**

Ofrecer opciones al alumnado para ejercitar la toma de decisiones, su satisfacción con los logros alcanzados e incrementar el grado de vinculación con su propio aprendizaje.

Premios / recompensas. - Contenidos utilizados en las prácticas. Secuencia y tiempos para completar tareas. Herramientas para recoger y producir información. - Color, diseño, gráficos, disposición etc. cuando se hace uso de la sala.

Permitir la participación de alumnos en el diseño de actividades y tareas.

Involucrarlos en el establecimiento de objetivos.

### **Optimizar la relevancia, el valor y la autenticidad**



Proporcionar distintas opciones que optimicen lo que es relevante, valioso, importante y motivador para cada uno de los alumnos.

Variar actividades y fuentes de información: Personalizarlas y contextualizarlas en la vida real. - Personalizarlas y contextualizarlas respecto a sus intereses. - Culturalmente significativas. - Adecuadas a la edad y la capacidad. - Adecuadas a diferentes razas, culturas, etnias y sexos.

Diseñar actividades viables, reales y comunicables. Promover la elaboración de respuestas personales. Fomentar la evaluación y el autorreflexión de contenidos y actividades. Diseñar actividades que fomenten la resolución de problemas y la creatividad.

### **Minimizar la sensación de inseguridad y las distracciones**

Crear un clima de apoyo y aceptación en el aula, ofreciendo opciones que reduzcan los niveles de incertidumbre, la sensación de inseguridad y las distracciones.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Combinando diferentes estrategias y recursos, como estos: Crear rutinas de clase. Utilizar calendarios y recordatorios de actividades cotidianas. Proporcionar avisos o alertas que permitan anticipar las tareas o actividades que se van a realizar.

### **8. Proporcionar opciones para mantener el esfuerzo y la persistencia**

Muchos tipos de aprendizaje, en particular los aprendizajes de habilidades y estrategias, precisan una atención y un esfuerzo continuados.

#### **Resaltar la relevancia de las metas y los objetivos**

Establecer un sistema de recordatorios periódicos o continuos para tener presente el objetivo y su importancia, con el fin de conseguir que se mantengan el esfuerzo y la concentración, aunque aparezcan elementos distractores.

Fomentar que los estudiantes formulen el objetivo de manera explícita o que lo replanteen personalizándolo. Presentar el objetivo de diferentes maneras. Dividir metas a largo plazo en objetivos a corto plazo. Usar herramientas de gestión del tiempo. Utilizar indicaciones y apoyos para visualizar el resultado previsto. Involucrar a los estudiantes en debates de evaluación y generar ejemplos relevantes que sirvan como modelos.

#### **Variar los niveles de desafío y apoyo**

Establecer exigencias de diversa naturaleza y con niveles variados de dificultad para completar con éxito la tarea, así como distintas propuestas junto con un repertorio de posibles recursos.

Diferenciar grados de dificultad para completar las tareas. Variar los niveles de exigencia para considerar que un resultado es aceptable. Enfatizar el proceso, el esfuerzo y la mejora en el logro frente a la evaluación externa y la competición cuando sea necesario.

### **Fomentar la colaboración y la comunidad**

Diseñar agrupamientos flexibles que favorezcan la colaboración y el trabajo en equipo

Crear grupos de colaboración con responsabilidades, objetivos y roles claros. Realizar programas de apoyo a buenas conductas. Proporcionar indicaciones que orienten a los estudiantes sobre cuándo y cómo han de pedir ayuda a otros compañeros o profesores. Fomentar la interacción entre iguales (por ejemplo, mediante la tutorización entre compañeros). Organizar comunidades o grupos de aprendizaje centrados en intereses o actividades comunes. Crear expectativas para el trabajo en grupo (normas etc.)

### **Proporcionar una retroalimentación orientada**

Utilizar el feedback para informar sobre el logro de ese aprendizaje, competencia o dominio.



En la evaluación, identificando patrones de errores y respuestas incorrectas. Utilizando un feedback que sea sustantivo e informativo y que fomente: la perseverancia, o el uso de estrategias y apoyos para afrontar un desafío y el énfasis del esfuerzo, la mejora y el logro.

### **9. Proporcionar opciones para la autorregulación**

Que los estudiantes desarrollen unas habilidades intrínsecas para regular sus propias emociones y motivaciones.

### **Promover expectativas y creencias que optimicen la motivación**



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Proporcionar múltiples opciones para que los estudiantes mantengan la motivación, para que sean capaces de establecer sus propios objetivos con realismo y puedan fomentar pensamientos positivos sobre la posibilidad de lograrlos, manejando la frustración y evitando la ansiedad.

Utilizar pautas, listas y rúbricas de objetivos de autorregulación. Incrementar el tiempo de concentración en la tarea. Proporcionar mentores y apoyo para modelar el proceso de establecimiento de metas personales adecuadas. Emplear actividades de autorreflexión e identificación de objetivos personales.

### **Facilitar niveles graduados de apoyo para imitar habilidades y estrategias**



Proporcionar apoyos variados para ayudar a los estudiantes a elegir y probar estrategias adaptativas que les sirvan para gestionar, orientar o controlar sus respuestas emocionales ante los acontecimientos externos.

Facilitar modelos, apoyos y retroalimentación para: - Gestionar la frustración. - Buscar apoyo emocional externo. Ejercitar habilidades para hacer frente a situaciones conflictivas. Usar modelos y situaciones reales sobre habilidades para afrontar problemas.

### **Desarrollar la autoevaluación y la reflexión**

Proporcionar diferentes modelos y pautas de técnicas de autoevaluación que sirvan para controlar las emociones y la capacidad de reacción.

Proporcionar modelos y herramientas para recabar información sobre las propias conductas. Favorecer el reconocimiento de los propios progresos de una manera comprensible.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Además de las recomendaciones o estrategias anteriores en cuanto la implementación del DUA, las siguientes:

-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.

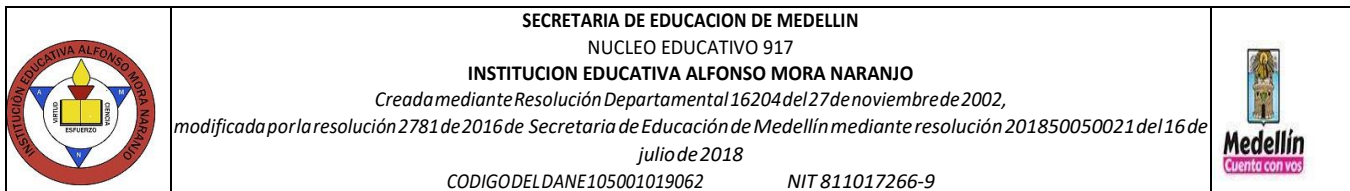
-Para que los estudiantes puedan comprender mejor lo que damos en clase, intentaremos que tengan acceso al mayor número de material y recursos posibles, como, libros, balones, pelotas, colchonetas, lazos, juegos didácticos, etc.

Plantaremos 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.

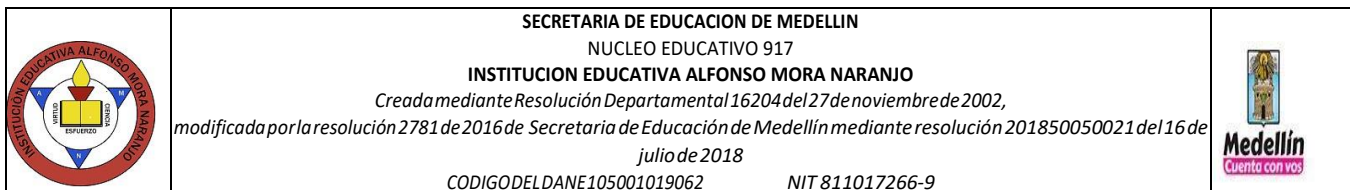


- Potenciar el trabajo cooperativo, incluso en la evaluación.
- Brindar oportunidades de experimentar siempre que sea necesario.

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

Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) Pautas para su introducción en el currículo  
[https://www.educadua.es/doc/dua/dua\\_pautas\\_intro\\_cv.pdf](https://www.educadua.es/doc/dua/dua_pautas_intro_cv.pdf)

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--


## 9. METODOLOGÍA.

La metodología de la educación física según se plantea en las orientaciones pedagógicas indica que: “La diversidad de desempeños y la relación entre ellos en la formación por competencias, así como los indicadores de diferenciación de grupos de grados que orientan la progresión en los aprendizajes, requieren de una pluralidad metodológica en la enseñanza de la Educación Física, Recreación y Deporte. Se necesita de un enfoque no directivo según el cual el alumno sea el protagonista y constructor de su propio aprendizaje. Tal enfoque se evidencia cuando el estudiante puede relacionar las actividades propuestas con su vida cotidiana e interpretarlas en el contexto en el que son programadas. el enfoque no directivo se fundamenta en la necesidad de cambiar el papel pasivo del estudiante y el papel autoritario del maestro en la clase, por uno comprometido y participativo del educando y uno orientador y motivador del docente; claramente apropiados para dinamizar la formación y el desarrollo de competencias”. Además, la metodología en el área de Educación Física se caracteriza por ser: flexible, activa y realista, participativa, lúdica y creativa, es por eso que:

- El proceso de enseñanza-aprendizaje debe adecuarse a las diferencias y peculiaridades de los escolares después de haber realizado una evaluación inicial.
- Se aconseja un tratamiento global integrando el mayor número de aspectos recogidos dentro de los diferentes contenidos.
- En Educación Primaria el aprendizaje debe tratarse como vivenciado y global.
- El juego constituye el eje en torno al cual deben girar las actividades motrices. Con él se perfeccionan diferentes destrezas y habilidades.
- El desarrollo de habilidades y destrezas deben partir de las básicas para llegar a las específicas.
- Las actividades que se plantean deben ser fácilmente accesibles para todos los estudiantes de forma que no supongan discriminación.

Se implementa el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) Pautas para su introducción en el curricular dadas en el numeral 8 o flexibilización curricular.

### Otras orientaciones metodológicas.



	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

**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 cognitivo
- 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:



	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

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.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i></p> <p>CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

- 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.

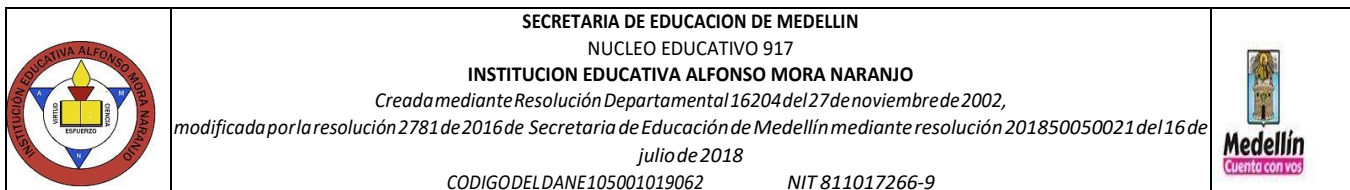
**Estilos de enseñanza que tienden a la individualización.** Tiene en cuenta los intereses de los estudiantes, sus ritmos de aprendizaje y sus particularidades. Mediante el trabajo individualizado se permite la autonomía de los estudiantes:

- 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.

Todo lo anterior consumado en la unidad de clase en donde se planifican tres momentos con actividades que cumplan con unos propósitos específicos.

### **Inicio**

Son las actividades de saludo e inicio, motivación del tema, re contextualización, exploración o activación de conocimientos o saberes previos: conversación socializada, preguntas intercaladas, Lluvia de ideas, Tácticas de interacción verbal...

### **Desarrollo:**

Son actividades integradas para el desarrollo o estructuración de la clase las cuales permitan estimular todos los canales de aprendizaje con estrategias variadas y adaptadas al tipo de contenido y a lo que se espera alcanzar (Evaluación). Se redacta como procedimientos, siguiendo las pautas dadas. Es decir, el cómo, de qué se trata, con qué se realiza, quienes participan y para que se hace.

### **Cierre:**

Son las actividades que se realizarán para comprobar los aprendizajes individuales y puesta en común. Como: recuento del docente, conversación socializada acerca de lo aprendido (afianzar), construcción de definiciones y conclusiones, auto reflexión ¿Qué aprendí hoy?, ejercitación para comprobar, lluvia de ideas acerca de lo aprendido, técnica de la pregunta, mapas mentales, resolución de problemas (Meta cognición), además se refleja el refuerzo para el hogar, compromisos o tareas extra clase.

## 10. 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 la cual debe cumplir los siguientes requisitos, tal como lo cita la cartilla Día E 2017: Sistemática: ajustada a lo propuesto en el Sistema Institucional de Evaluación. Tiene en cuenta todos los factores que permiten o no el aprendizaje de los estudiantes; es decir, aporta al proceso de su formación integral.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Continua: que en la mayoría de las interacciones (entendidas como todos los momentos que se comparten con el estudiante en el aula, la biblioteca, el descanso, el almuerzo, las clases, actividades lúdicas, izadas, etc.) hay oportunidades o mecanismos para comprender cómo avanza el estudiante en sus aprendizajes, cómo ha logrado estos desarrollos y que el niño, niña o joven pueda reconocer su proceso.

Abarcadora: sobrepasa el concepto tradicional de medición y posibilita orientar o corregir acciones y decisiones a lo largo del proceso de aprendizaje del estudiante.

Completa: permite mejorar el aprendizaje a partir de la información que se ha recolectado de manera sistemática de acuerdo a las características del Sistema Institucional de Evaluación del Establecimiento Educativo para detectar aciertos y dificultades de los procesos de enseñanza y aprendizaje.

Diferenciada: es una valoración amplia, rica y variada del proceso de cada estudiante y se ajusta a sus necesidades.

Potenciadora: desarrolla o potencia habilidades de observación, escucha y registro de los docentes, directivos docentes y líderes de las Secretarías de Educación.

Participativa: involucra a la comunidad: el docente, el directivo docente, padres y estudiantes.



Requiere registro permanentemente de los avances de los estudiantes y su progreso en relación con los aprendizajes que deben ser potenciados, según el currículo del Establecimiento Educativo.

Donde 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

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--



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 grado primero a once y 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.

	<p>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

## 11. RECURSOS.

La práctica de la educación física se apoya en el uso de 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 cuerdos, etc. son elementos que favorecen notablemente la práctica 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 práctica de la educación física



Para la utilización de recursos se parte del nivel inicial del discente (conocimientos previos), conceptos como el de la ayuda contingente, plasticidad o adaptación de la intervención pedagógica a la actividad del estudiante, el grado de desarrollo o capacidad general, 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 colegial 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 escolar 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.

	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

Además de lo anterior se debe tener en cuenta la necesidad relevante de uso de las sala de informática, sus recursos y materiales si se quiere implementar realmente el trabajo con el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA) y sus Pautas para su introducción en el currículo, ya que estas implican necesariamente un trabajo indispensable con recursos TIC.

### Recursos:

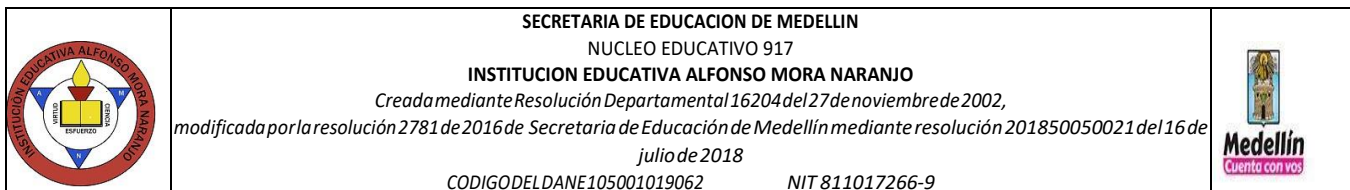
**Humanos:** Estudiantes, padres de Familia, personal directivo y administrativo, asesores externos, personal docente.

**Físicos:** 4 canchas de microfútbol baloncesto, patios, biblioteca, zonas verdes, sala de Computadores y sus artefactos y materiales, para implementar el trabajo con el Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)

**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.

## 12. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

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*

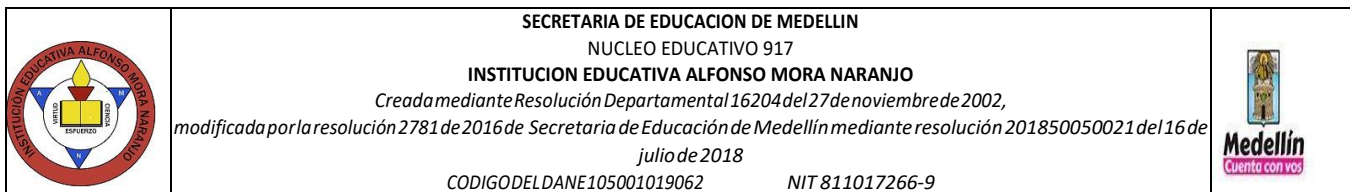
11°. *Una alternativa curricular*. Armenia: Kinesis.

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. *Apuntes: 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.





	<p style="text-align: center;">SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN          NUCLEO EDUCATIVO 917  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002,          modificada por la resolución 2781 de 2016 de Secretaría de Educación de Medellín mediante resolución 201850050021 del 16 de          julio de 2018</i>          CODIGO DEL DANE 105001019062      NIT 811017266-9</p>	
--	--	--

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

	<p align="center"> <b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i> </p>	
---	--	---

**SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN**

**INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO**



**TIEMPO LIBRE**

Francisco Agudelo Gutiérrez

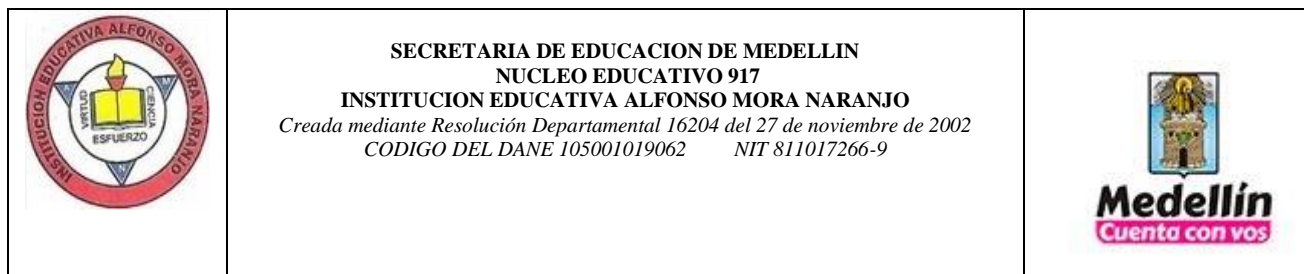
Francis Asprilla Bonilla

Santiago Acevedo Castaño

Maximiliana Atehortúa González

José Ancízar Zuluaga Santa.

Cecilia Montoya Rojas



## **OBJETIVO GENERAL**

Implementar en los estudiantes la cultura del aprovechamiento del tiempo libre, a través de actividades recreativas, deportivas, artísticas y culturales como herramienta o estrategia para el sano esparcimiento en diferentes contextos escolares.

## **OBJETIVOS ESPECIFICOS**

Promover espacios de encuentro y disfrute entre los acudientes, padres y madres de los estudiantes de la institución.

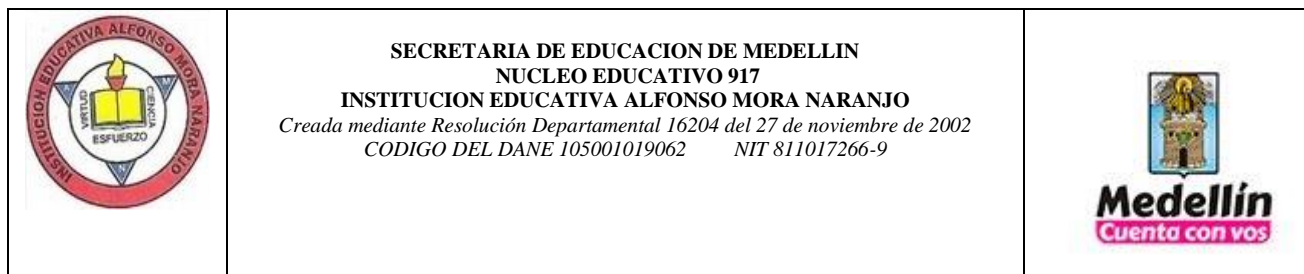
Ofrecer a los estudiantes alternativas que le permitan organizar su tiempo libre a través de la construcción de normas y valores propios a partir de experiencias prácticas que le sirvan para el mejoramiento de su desempeño social.

Utilizar las diferentes disciplinas deportivas y expresiones culturales como medio, para que los estudiantes adquieran sus propios hábitos y desarrollen conductas para una vida saludables.

Institucionalizar jornadas pedagógicas de forma recreativa, deportiva y cultural, que optimicen la utilización del tiempo libre, tendiente a mejorar el bienestar escolar, ayudado con los demás proyectos y áreas de estudio.

Generar herramientas lúdicas, recreativas, las cuales sean utilizadas por los estudiantes en su tiempo libre.

Fomentar los juegos tradicionales, danzas y expresiones artísticas, como estrategia para rescatar la cultura de su región.



## JUSTIFICACION

Teniendo en cuenta el contexto en el cual viven y se desenvuelven nuestros niños, niñas, jóvenes y adultos (primaria, secundaria, media técnica clei), los peligros sociales a los cuales se enfrentan como son: el tabaquismo, las drogas, el alcoholismo, la prostitución, la delincuencia; se hace necesario implementar un proyecto que permita a nuestros estudiantes reorientar en forma adecuada y pertinente su tiempo, bien dentro de su jornada escolar o extra clase. Para ello se aprovechan las actividades recreativas, deportivas, culturas y artísticas.

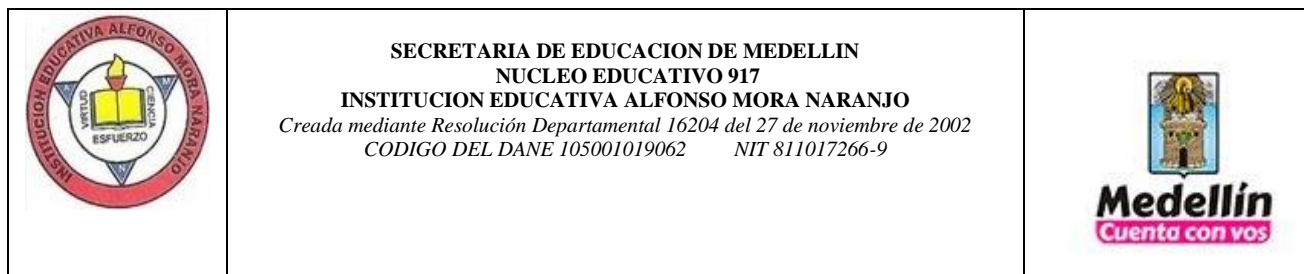
Las anteriores se convierten en una alternativa no solo en su proceso de formación y uso adecuado del tiempo, sino que potencializa las cualidades y habilidades individuales como parte de su desarrollo integral.

Igualmente contribuye a la formación de hábitos que conlleven al uso adecuado de su tiempo, la higiene y salud en los diferentes contextos de su vida cotidiana.

Así mismo el proyecto debe fortalecer la conciencia por las prácticas en los diferentes ámbitos que coadyuven en su proceso de crecimiento.

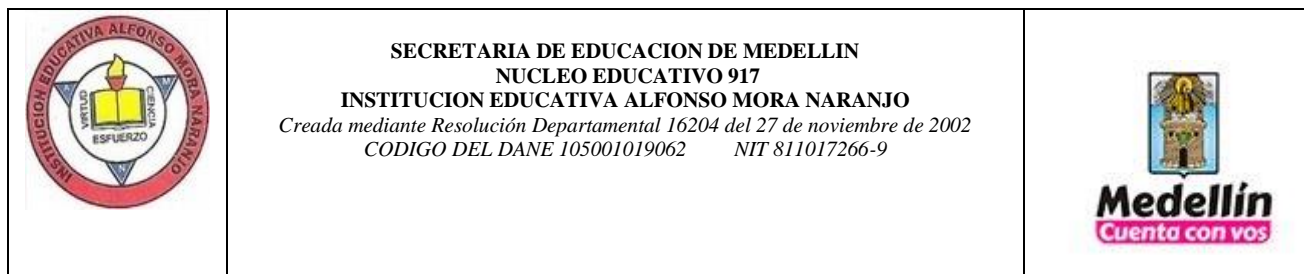
La implementación del proyecto de uso de tiempo libre en la institución educativa Alfonso Mora Naranjo, se justifica en la medida que es una alternativa para el mejoramiento y fortalecimiento de una convivencia social sana, enmarcada en los de desempeños académicos positivos, que contribuyan en la formación del niño, niña y joven de la institución.

El proyecto es la herramienta para romper con la apatía frente al quehacer de la vida escolar y con el uso adecuado del tiempo. Es la posibilidad para experimentar unas alternativas que den cuenta de su crecimiento personal y su desarrollo integral desde las actividades deportivas, recreativas, culturales y artísticas.



El aprovechamiento del tiempo no solo convoca a la comunidad estudiantil de la institución, por el contrario, tiene apertura a la participación de acudientes, padres y madres que se convierten actores en las diferentes eventos realizados por la misma.

El deporte, la recreación, la artística y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y hacen parte del gasto público social.



## MARCO CONCEPTUAL

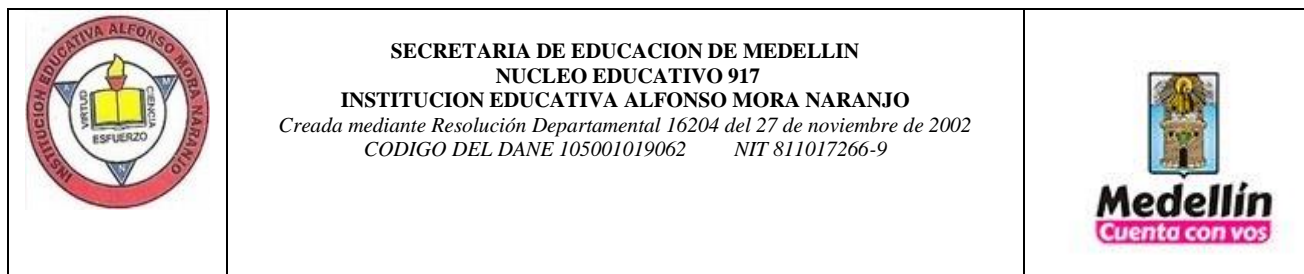
**LA EDUCACIÓN FISICA.** Es la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos.

**LA RECREACIÓN.** Es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

**EL DEPORTE.** Es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresado mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas y orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

El deporte se puede desarrollar de diferentes formas, entre ellas mencionamos: el formativo, el social comunitario, el universitario, el asociado, el competitivo, el aficionado, el de alto rendimiento y el profesional.

**EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.** Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo.



**LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR.** Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación.

Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

**ARTÍSTICA.** La educación artística es una denominación para las diferentes modalidades y metodologías de enseñanza y aprendizaje del arte. Las principales divisiones de este campo son la educación plástica, visual y la educación expresiva del cuerpo.

**El proyecto de tiempo libre está soportado en las siguientes normas legales:**

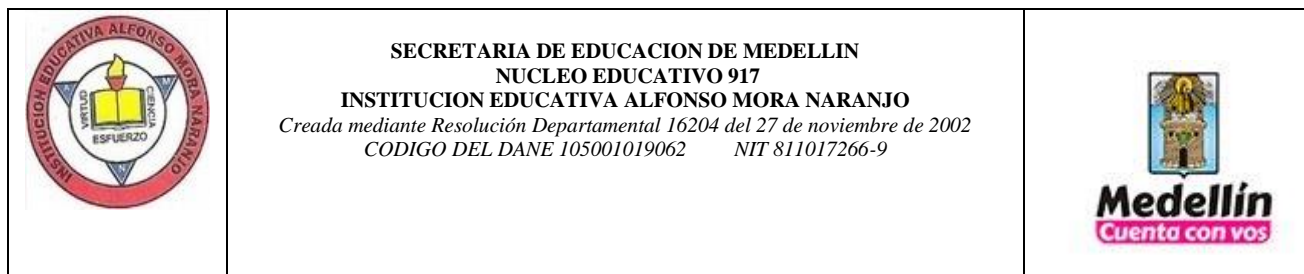
**Ley 115 de 1994** artículo 14, modificado por la ley 1029 de 2006

**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.

**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

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

En Medellín, con el objetivo de implementarla, a través del **Acuerdo Municipal 019 de 2005**, se establecen criterios básicos para el desarrollo y fortalecimiento del área, relacionada con la necesidad de iniciar el proceso formativo desde la básica primaria, articulando

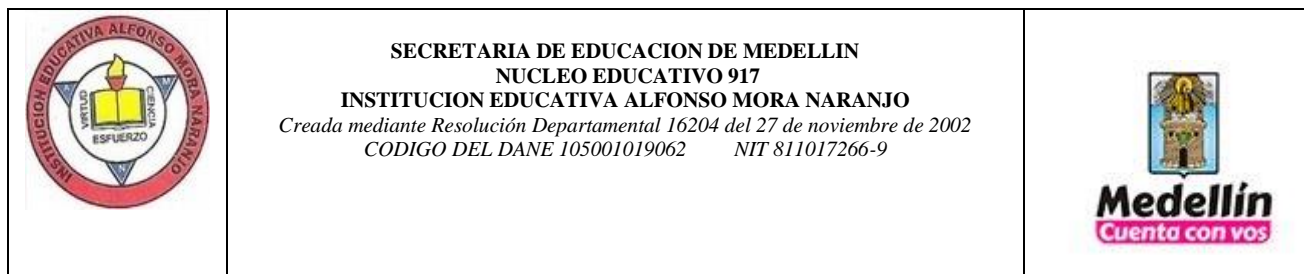


todos los aspectos y criterios fundamentales y propios de cada grado y nivel, además de la etapa de madurez motora y cognitiva del estudiante.

**Documentos de Expedición currículo** área de educación física y artística. Municipio de Medellín 2014.

**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.





## DIAGNÓSTICO.

Se realizaron encuestas donde se les preguntó a los estudiantes por sus inclinaciones y preferencias deportivas y artísticas; esto arrojó unos resultados donde se pudo escoger algunos para representar cada uno de sus grupos.

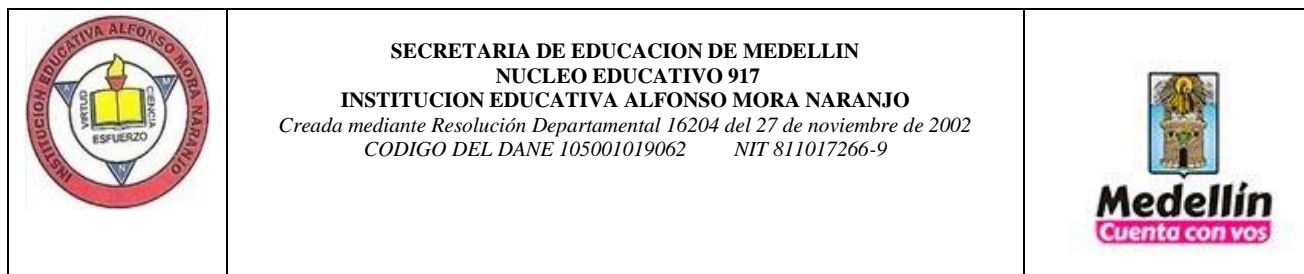
En la sede principal hay escenarios deportivos para practicar sólo micro fútbol y baloncesto; el voleibol no se puede implementar debido a que el balón puede caer con facilidad a las propiedades vecinas.

En la escuela hay escenarios deportivos para practicar micro fútbol, baloncesto voleibol.

La dotación en primaria para la práctica deportiva está completa y en buen estado. En bachillerato (mañana, tarde y noche). es todo lo contrario, de todo lo que ha dotado la institución hay muy pocos elementos utilizables.

Necesitaríamos implementación deportiva para este año (20 balones de micro fútbol, 10 de baloncesto, 20 de voleibol, 40 balones de iniciación deportiva, 40 bastones, 40 lazos 20 balones e balón mano, 40 aros, pitos, cronómetros, 25 tableros de ajedrez, tarjetas (amarillas, rojas y azules) 5 de cada una, 5 lazos largos de 5 mts. cada uno, juegos de mesa (bingo, lotería, parqués, dominó, escalera) 10 de cada uno)

**NOTA:** para poder hacer prácticas de voleibol es necesario e indispensable poner una malla tipo techo en cada patio si es posible.





## CRONOGRAMA



A continuación, presentamos en forma general el cronograma propuesto para ser llevado a efecto durante el año escolar 2019 en las áreas de educación física, recreación, deportes y en el área de artística respectivamente.

### CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PROYECTO DE TIEMPO LIBRE.



Fecha	Nombre de la actividad	Objetivo de la actividad	Descripción de la actividad	Competencias a desarrollar	Recursos	Responsables
21 enero al 1 febrero y del 4 al 8 de marzo.	Análisis de los planes de estudio propuestos para educación física y artística	Analizar y determinar el plan de estudio a tener en cuenta como referente para este año, diario de campo y proyecto pedagógico en cuestión.	Reunidos por grupos se tiene en cuenta las fortalezas y debilidades que presenta y la necesidad de adecuación requerida.	Comunicativa (interpretar, argumentar y proponer)	Documentos escritos sobre el plan de expedición y otros textos. Docentes de las áreas de educación física y artística.	Francisco Agudelo Francis Asprilla Santiago Acevedo Maximiliana Atehortúa, José Ancízar Zuluaga Santa. Cecilia Montoya Rojas.
21 de	Presentación del	Identificar y	Se tiene en	Comunicativa	Aula de clase,	Francisco

	<p style="text-align: center;"><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i></p>	
---	---	---

<p>enero al 1 de Febrero</p>	<p>proyecto a los estudiantes, Inducción y elaboración del diagnóstico.</p>	<p>observar las características individuales que presentan los estudiantes con relación al área y proyecto.</p>	<p>cuenta una serie de actividades propuestas como conducta de entrada que nos posibilita observar el comportamiento y desempeño de los y las estudiantes.</p>	<p>Motriz Sensibilidad</p>	<p>patios, textos escritos, biblioteca, videos, juegos.</p>	<p>Agudelo Francis Asprilla Santiago Acevedo Maximiliana Atehortúa, José Ancízar Zuluaga Santa. Cecilia Montoya Rojas.</p>
<p>4 al 8 de febrero.</p>	<p>Planeación para el primer periodo y proyecto pedagógico.</p>	<p>Organizar las propuestas concretas para alcanzar las competencias a desarrollar.</p>	<p>Reunidos por grupos se seleccionan las actividades y prácticas acordes a lo planeado con base en las competencias a conseguir.</p>	<p>Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal</p>	<p>Espacios físicos Materiales deportivos Estudiantes y docente Cuaderno y útiles escolares</p>	<p>Francisco Agudelo Francis Asprilla Santiago Acevedo Maximiliana Atehortúa, José Ancízar Zuluaga Santa. Cecilia</p>

	<p><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i></p>	
---	---	---

						Montoya Rojas.
12 de febrero al 8 de marzo	Convocatoria e inscripción a juegos intercolegiados (secundaria y media) e interescolares (primaria).	Motivar a los estudiantes a las prácticas deportivas.	En formación y por grupos se hace la invitación para que los estudiantes participen de las distintas actividades deportivas.	Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal.	Uniformes, balones, tarjetas (amarilla, roja, azul), talento humano.	Docentes de educación física.
18 al 22 a febrero	Prácticas de hábitos de vida saludable, procesos de hidratación.	Sensibilizar a los estudiantes sobre el uso del agua y la correcta hidratación en la clase de educación física y actividades físicas.	Charla, investigación sobre el tema.	Comunicativa Axiológica.	Humanos y tecnológicos.	Docentes de educación física.
Febrero. a noviembre	Juegos interescolares	Proyectar los valores de la	Se hace la inscripción y se	Comunicativa Motriz	Escenarios deportivos,	Inder, docente, acudiente,

	<p><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i></p>	
---	---	---

. (sujeto a la programación del Inder)	sector educativo primaria. Juegos intercolegiados para bachillerato.	institución a través de la participación en juegos deportivos.	siguen las orientaciones propias del deporte presentadas por el Inder.	Expresiva corporal Axiológica corporal	humanos, implementación deportiva, financiero	institución a nivel administrativo.
15 de marzo	Elaboración y colaboración proyecto transversal en apoyo del día de la democracia	Apoyar jornada democrática mediante transversalización de áreas y proyectos.	Carrusel integrativo democrático	Ciudadanas, trabajo en equipo, competencias laborales.	Pinturas papel, tablero, videos.	Docentes en general.
Inscripciones a jornadas complementarias. Según disponibilidad secretaría.	Proyectos jornadas complementarias.	Fomentar y Utilizar en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal.	Acorde con la propuesta presentada por secretaría se asignan los espacios, jornada y hora para realizar la actividad.	Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal Sensibilidad	Dependiendo de la actividad. Estudiantes, docentes.	Profesores de secretaría.
11 de	Torneos	Fomentar el amor	1. Divulgación	Motriz.	Minicomponente	Profesores



**SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN**  
**NUCLEO EDUCATIVO 917**  
**INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO**  
 Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002  
 CODIGO DEL DANE 105001019062    NIT 811017266-9





marzo al 8 de junio	deportivos interclases Primera vuelta. Ronda todos contra todos.	por el deporte, el desarrollo de habilidades deportivas, y el mejoramiento de sus condiciones de vida. Formando niños(as) y jóvenes emprendedores, capaces de desarrollar actitudes y aptitudes positivas hacia el autocuidado, la autoconfianza, la autoestima y el autoconocimiento, mediante el fortalecimiento	en el aula de clase (en la jornada de la mañana y la tarde y en primaria) del 11 al 15 de marzo. 2. Convocatoria abierta y preparatoria del 18 al 22 de marzo. 3. Inscripciones del 26 al 29 de marzo 2019. 4. Formación de estudiantes monitores y líderes asistentes. 11 al 15 de marzo 5. Primera vuelta del 26 abril al 7 de		nte. Balones, pitos, tarjetas (roja, amarilla y azul)	del Área de educación física.
---------------------	--	---	--	--	---	-------------------------------



**SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN**  
**NUCLEO EDUCATIVO 917**  
**INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO**  
*Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002*  
 CODIGO DEL DANE 105001019062    NIT 811017266-9





		<p>de su proyecto de vida a través del deporte.</p> <p>Asumir 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, como</p>	junio.			
26 abril.	Día de la niñez y la recreación.	Resaltar la importancia que tienen nuestros	El profesorado elige una actividad	Comunicativa Motriz Expresiva	Diferentes espacios de la institución.	Francisco Agudelo Francis

	<p align="center"> <b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i> </p>	
---	--	---



		niños y la recreación en la formación de valores dentro de la comunidad educativa.	recreativa, deportiva y cultural. La organiza y la ejecuta.	corporal Axiológica corporal Sensibilidad	Elementos deportivos y material de desecho. Estudiantes, docentes y acudientes	Asprilla Santiago Acevedo Maximiliana Atehortúa, José Ancízar Zuluaga Santa. Cecilia Montoya Rojas.
6 a 31 de mayo.	Aprovechando las balones y las pelotas.	Realizar juegos de integración y trabajo en equipo aprovechando el recurso de los balones y pelotas como medio didáctico.	Realización de ejercicios y actividades con balones y pelotas. Una vez por semana en clase de Ed. Física.	Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal Sensibilidad.	Aros de plástico.	Docentes del área de educación física.
1 de junio al 30 de Julio	Juegos de mesa.	Aprovechar el recreo para que los estudiantes fortalezcan sus relaciones interpersonales	En el patio salón se asignan espacios para que los estudiantes que así quieran	Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal	Diferentes juegos de mesa.	Francisco Agudelo Francis Asprilla Santiago Acevedo





	<p style="text-align: center;"><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i></p>	
---	---	---

		<p>por medio de los juegos de mesa.</p>	<p> puedan jugar. Al finalizar el descanso entregan al representante de grupo lo utilizado</p>	<p>Sensibilidad.</p>		<p>Maximiliana Atehortúa,  José Ancízar Zuluaga Santa.  Cecilia Montoya Rojas.</p>
--	--	---	--	----------------------	--	--



<p>Segundo semestre</p>	<p>Descubriendo talentos de la canción y el baile en la sede primaria.</p>	<p>Dar a conocer los talentos y habilidades que hay entre los estudiantes de nuestra comunidad educativa</p>	<p>Se hace la convocatoria, hace una primera fase en el salón, luego en una actividad en patio salón se van presentando por tandas hasta llegar a</p>	<p>Comunicativa  Motriz  Expresiva corporal  Axiológica corporal  Sensibilidad</p>	<p>Sonido, micrófonos, estudiantes, docentes</p>	<p>Docentes y coordinadora</p>
-------------------------	--	--	---	--	--	--------------------------------

	<p style="text-align: center;"><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  CODIGO DEL DANE 105001019062    NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

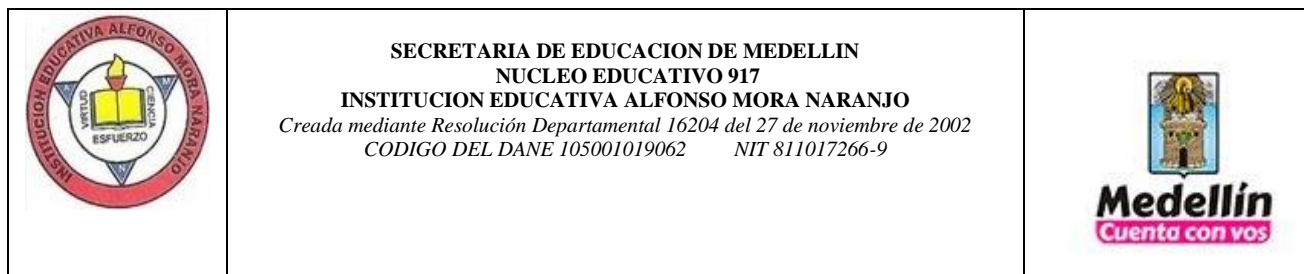
			<p>3 finalistas que se enfrentan. Luego el finalista de la jornada de la mañana se enfrenta con el finalista de la tarde</p>			
<p>Julio 3 al julio 31</p>	<p>Juegos de mesa</p>	<p>Aprovechar el recreo para que los estudiantes fortalezcan sus relaciones interpersonales por medio de los juegos de mesa</p>	<p>En el patio salón se asignan espacios para que los estudiantes que así quieran puedan jugar. Al finalizar el descanso entregan al representante</p>	<p>Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal Sensibilidad</p>	<p>Diferentes juegos de mesa</p>	<p>Titular del área.</p>

	<p style="text-align: center;"><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  <i>CODIGO DEL DANE 105001019062 NIT 811017266-9</i></p>	
---	---	---

			de grupo lo utilizado			
Según disponibilidad secretaría.	Proyectos jornadas complementarias	Utilizar en forma adecuada el tiempo por fuera del aula de clase en actividades que fortalecen su formación personal.	Acorde con la propuesta presentada por secretaria se asignan los espacios, jornada y hora para realizar la actividad.	Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal Sensibilidad	Dependiendo de la actividad. Estudiantes, docentes.	
Agosto 5 al 30	Bailando con el folclor y la música moderna	Rescatar la música folclórica y los bailes modernos como parte de nuestra tradición cultural.	Se propone que cada grupo desde preescolar a quinto realice el montaje de coreografías y bailes acordes a su preferencia	Comunicativa Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal Sensibilidad	Vestuario, música, micrófonos, equipos, estudiantes, acudientes.	Docentes y coordinadora.
Agosto 8 al 12	Mantenimiento del mural	Mantener viva la memoria del	Retocar el mural que hay	Expresiva, social, estética.	Acronal, vinilos	Francisco Agudelo

	<p style="text-align: center;"><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  CODIGO DEL DANE 105001019062    NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

	<p>Celebración 20 años.</p>	<p>fundador de la institución.</p>	<p>en el patio principal y actualizar la fecha de cumpleaños</p>		<p>(colores del mural), brochas y pinceles.</p>	<p>y estudiantes de grados superiores y clei.</p>
<p>Octubre 15 al 18</p>	<p>Salón Institucional de Artistas Alfonso Mora Naranjo 2016.</p>	<p>Resaltar el trabajo significativo de los estudiantes que pusieron su mejor empeño y esfuerzo en las distintas actividades planteadas en el área.</p>	<p>Hacer una exposición de los mejores trabajos realizados durante los periodos en uno de los salones de la sección bachillerato</p>	<p>Expresiva, social, creativa, comunicativa.</p>	<p>Posters para publicidad del evento. Herramientas web. Cartulinas negras, cinta de enmascarar, marcadores para poster colores negro, rojo, azul y verde.</p>	<p>Docentes del área de básica secundaria y media y clei.</p>



## **METODOLOGÍA**

Para llevar a cabo dicho proyecto las actividades se clasifican de la siguiente forma

### **1-ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

Juegos internos o inter clases. Microfútbol mixto, baloncesto mixto. Juegos pre deportivos con los grados inferiores (preescolar y primero)

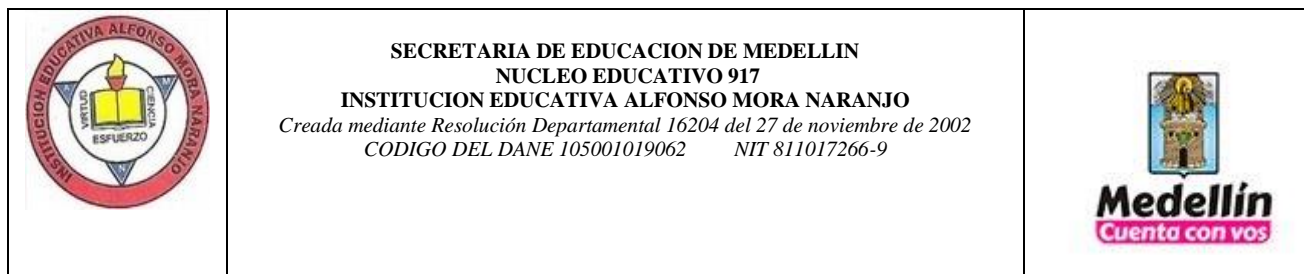
Juegos Externos o Extramuros. Juegos del sector Educativo, programados por el Inder con el aval de la secretaria de educación Municipal.

### **2-ACTIVIDADES RECREATIVAS.**

Carruseles. Celebración de fechas especiales como día de la niñez, la recreación.

Conmemoración del día de la Juventud. Encuentro con padres, madres y acudientes de la sección primaria.

Juegos tradicionales y juegos de mesa. Carreras de encostalados, juegos con trompos, pirinolas, gusano, salto a la cuerda, jugar con canicas. El dominó, el parques, ajedrez, cartas.



Actividades mensuales. Desde el área de educación física para cada mes se propone una actividad esta puede ser: deportiva, recreativa o de formación.



### **3- ACTIVIDADES ARTISTICAS Y CULTURALES**

Trabajo de manualidades. Pintura, trabajo con material de desecho, elaboración con arcilla. (Sección primaria.)

Trabajos realizados a lápiz, lápices de colores a tinta y manualidades en papel. (Sección bachillerato).

### **4- PROYECTOS**

Teniendo en cuenta la experiencia del año anterior en la sede de primaria se pueden enmarcar los trabajos complementarios en jornada contraria, programados desde la secretaria de educación en artes escénicas, manualidades. Estamos atentos para este año las ofertas presentadas para la sede primaria y principal (mañana, tarde y noche).

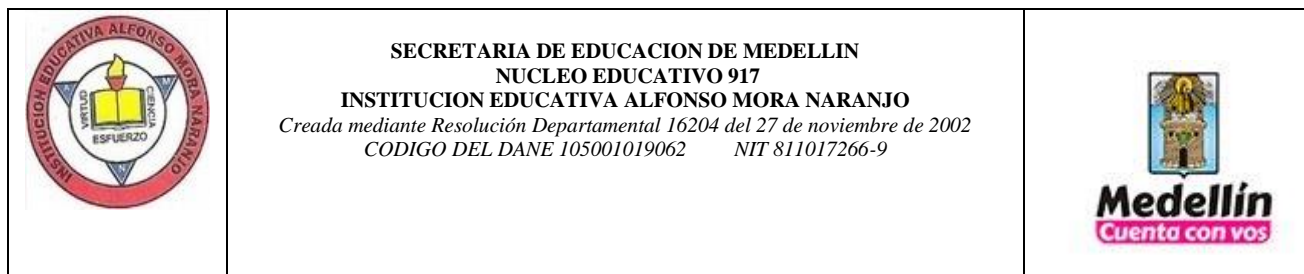
	<p style="text-align: center;"><b>SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN</b>  <b>NUCLEO EDUCATIVO 917</b>  <b>INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO MORA NARANJO</b>  <i>Creada mediante Resolución Departamental 16204 del 27 de noviembre de 2002</i>  CODIGO DEL DANE 105001019062    NIT 811017266-9</p>	
---	---	---

## 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 y sus artefactos y materiales.

**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.



## **EVALUACIÓN.**

Es sistema de evaluación sugerido para el proyecto es el de autoevaluación, puse necesaria mente es el sujeto activo (dicente) quien deberá establecer cuáles fueron los resultados reales de las experiencias y también deberá sopesar hasta qué punto este tipo de actividades pueden ser positivas para mejorar su manera de afrontar la vida, y reconocer la importancia de dar un alto valor al uso del tiempo libre.

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.

Sin embargo se hace necesaria la utilización de otras formas de evaluación tradicional como son las heteroevaluación, pues no es el dicente el único implicado con los beneficios del proyecto, ni los integrantes del proyecto los únicos profesores, en la evaluación institucional al fin de año, la cual se hace con el fin de retroalimentarlo y mejorarlo para el siguiente año.

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



## **BIBLIOGRAFIA**

Documento No. 11. El plan de área de Educación Física, Recreación y Deportes. 2014, Alcaldía de Medellín y Secretaría de Educación. Expedición Currículo.

Documento No. 8. El Plan de Área de Educación Artística y Cultural.2014, Alcaldía de Medellín y Secretaría de Educación

Serie lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte

Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte