



## **INSTITUCION EDUCATIVA NUCLEO ESCOLAR “EL GUADUAL”**

### **PLAN DE ÁREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE**

**Docentes:**

**ANÍBAL CRESPO GUZMÁN**

**DIEGO ARMANDO BAQUERO ORTIZ**

**ALVARO VELÁSQUEZ SOTO**



## TABLA DE CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN .....	3
2. JUSTIFICACIÓN .....	4
3. OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE .....	5
3.1 METAS DE APRENDIZAJE: .....	5
3.2 OBJETIVOS: .....	5
4. MARCO LEGAL.....	6
5. MARCO TEÓRICO .....	7
6. MARCO CONTEXTUAL.....	12
7. MARCO CONCEPTUAL.....	15
8. LINEAMIENTOS GENERALES DE LOS PROCESOS CURRICULARES PARA EL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES (MEN Res. 2343 DE 1996) .....	19
9. ESTANDARES CURRICULARES .....	23
10. DISEÑO CURRICULAR .....	29
11. METODOLOGÍA .....	60
12. RECURSOS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE.....	62
13. INTENSIDAD HORARIA.....	63
14. EVALUACIÓN .....	64
15. PROYECTOS TRANSVERSALES .....	74
16. ACTIVIDADES DE APOYO PARA ESTUDIANTES CON DIFICULTADES EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE .....	78
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	80

## 1. INTRODUCCIÓN

**“Corresponde al área de la Educación Física, recreación y deporte, la formación de estudiantes competentes para vivir humanamente, teniendo como referentes las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego”. En esta concepción formativa, lo corporal es la condición que hace referencia a la unidad dialéctica cuerpo-movimiento, en tanto no es posible pensar el cuerpo sin el movimiento y el movimiento humano sin el cuerpo; es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. El juego es la condición de posibilidad de lúdico como ejercicio de la libertad y de la creatividad humana”. MEN –Orientaciones pedagógicas del área de Educación física, recreación y deporte.**

Desde esta concepción de desarrollo y formación humana que nos brinda el ministerio, hemos conformado un grupo interdisciplinario con el fin de brindar a los estudiantes de los grados Preescolar a Once, las orientaciones pedagógicas de la cultura física y la recreación, con el fin de poder incidir favorablemente en la formación de estudiantes competentes en y desde lo motriz, lo axiológico y desde lo expresivo. Lo anterior considera el desarrollo de prácticas físico-atléticas, deportivas, gimnásticas y lúdicas desde las múltiples posibilidades que nos brindan los ambientes de aprendizaje existentes en la institución. La transversalidad con las otras áreas es evidente, se mantiene y se enriquece con temas tales como la educación para la paz y el emprendimiento. Esperamos con lo anterior brindar al estudiante las herramientas y los elementos que le brinden un mejor estar institucional, colmado de alegría, esparcimiento y aprendizajes significativos.

## **2. JUSTIFICACIÓN**

“La herramienta más poderosa para educar es el deporte”.

Mauricio Rivas - coaching deportivo (esgrimista selección Colombia).

La Educación Física es parte fundamental en el proceso formativo de los estudiantes, desde preescolar hasta el grado once, no puede faltar en la vida del ser humano, ya que de ella depende en gran parte una buena salud y una buena calidad de vida. Con el presente plan de área se pretende llevar a cabo un proceso donde sea el estudiante el artífice de la materia, donde él mismo solucione sus problemas de movimiento, con base en las experiencias que él mismo ha tenido anteriormente y en las experiencias de sus compañeros hasta llegar a tener una nueva manifestación del movimiento; es decir, que él mismo eduque su movimiento, teniendo en cuenta sus necesidades, debilidades y fortalezas de acuerdo a su condición física y desarrollo. El plan de área de educación física recreación y deporte es importante ya que plantea alternativas de solución ante problemas de manejo del espacio, de la coordinación, del ritmo, de la utilización del tiempo libre y en general del manejo de las diferentes posibilidades de movimiento del cuerpo. Por tal razón, si se le enseña al estudiante a conocer su cuerpo, a cuidarlo, a quererlo y a respetarlo, se le enseña una nueva forma de comunicación y de relación con el otro. Además, al enseñar a utilizar el tiempo libre en la práctica de actividades deportivas, recreativas y culturales estamos apartándolo de otras prácticas poco saludables como el sedentarismo, la drogadicción y el alcoholismo. A través de la aplicación del plan de área de educación física, recreación y deporte de la Institución Educativa Núcleo Escolar El Guadual, se quiere que la comunidad educativa sea partícipe del proceso pedagógico que se da en el área, en busca de un mejoramiento de la calidad de vida de la misma; ya que la Educación Física, la Recreación, el deporte y la Cultura son programas que desarrollan el espíritu de convivencia, superación, cooperación y autoestima. Además, enseñan a los estudiantes a interactuar socialmente, lo cual es un factor importante para lograr un desarrollo integral.

### **3. OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE**

#### **3.1 METAS DE APRENDIZAJE:**

Los fines aquí planteados están orientados a contribuir desde la Educación Física, con el logro de los fines de la Educación Colombiana establecidos en la Ley general de educación. Ellos son:

- Desarrollo equilibrado, equitativo y sostenible del hombre para la convivencia social.
- Mejoramiento de la capacidad crítica, creativa, laboral y la producción colectiva.
- Mejoramiento de la capacidad comunicativa.
- Conservación y mejoramiento de la salud física y mental.
- Orientación del espíritu de superación frente a la solución de problemas.
- Mejoramiento de la capacidad de interacción con el entorno a través de movimiento.
- Promoción del desarrollo científico y tecnológico.
- Desarrollo de la conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente.

#### **3.2 OBJETIVOS:**

- Procurar la formación de hábitos para la práctica diaria de la actividad física organizada y metódica.
- Lograr el mejoramiento motor, socio-afectivo y psico-biológico a través de la práctica de actividad física cotidiana.
- Desarrollar la capacidad crítica, comunicativa y creativa a través de la práctica de juegos y deportes organizados.
- Procurar el rescate del folclore, los juegos populares y demás manifestaciones autóctonas de la región y del país como medios de integración social.
- Desarrollar habilidades y destrezas básicas para la práctica de actividades deportivas.
- Fomentar el espíritu de conservación y recuperación de los recursos naturales.
- Incrementar la capacidad para la toma de decisiones y la participación consciente en la solución de problemas.
- Contribuir a la formación del espíritu emprendedor de los estudiantes.

#### **4. MARCO LEGAL**

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). La Educación Preescolar (Art. 15; Literal d), como uno de los objetivos de la Educación Básica tanto para el ciclo de primaria (Art. 21; Literales h, i, j) como del Ciclo Secundario (Art. 22; Literal ñ); igualmente le establece los objetivos (Art. 16, 20, 21 y 22), su carácter de proyecto pedagógico transversal obligatorio (Art. 14), la define como área fundamental en general del currículo (Art. 23) y de la Educación Media (Art. 32). Dicha Ley igualmente proyecta la educación física hacia segmentos poblacionales específicos como la Educación para personas con limitaciones (Art. 46), las instituciones dedicadas a la educación especial (Art. 47), la Educación para adultos (Art. 50) y sus objetivos específicos (Art. 51, literal d.), la educación para grupos étnicos (Art. 55) y la educación campesina y rural (Art. 64). Adicionalmente, la Ley General de Educación en su Artículo 141 determina los requisitos de infraestructura para la práctica escolar. Así mismo son pertinentes, el decreto 1860 de 1996 –que establece las horas lúdicas y orienta la organización y evaluación del currículo- y la resolución 2343 de junio 5 de 1997, que dicta orientaciones sobre lineamientos curriculares e indicadores de logros para las diferentes Áreas Curriculares, entre ellas la educación física. En referencia al PLAN DECENAL DE EDUCACIÓN en sus objetivos y metas se destacan los Numerales 3, 4, 7, 8 y 9 que hacen referencia al papel del conocimiento científico, la identidad nacional en su diversidad étnica y la promoción extraescolar de la ciudad educadora con calidad. Marco normativo del sistema nacional del deporte, la educación física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, la Ley 181 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica de la educación física.

## 5. MARCO TEÓRICO

El plan de área de educación física constituye un compendio de actividades debidamente estructuradas y organizadas de tal forma que correspondan al interés y necesidades psicomotoras de los educandos en concordancia con los fines establecidos en la vigente ley general de educación.

**Fundamentos Epistemológicos.** Los orígenes de la educación física inician con la evolución del mismo hombre, cuando este se desplazaba de un sitio a otro para conseguir alimentación y protegerse de las inclemencias del clima y los diferentes peligros a los que estaban expuestos recorriendo grandes distancias en las cuales aprendieron a distribuir y racionalizar sus características físicas y así obtener algún resultado. Más adelante en la historia se pueden encontrar diferentes registros de actividades que podían ser reconocidas como deporte teñidas por características físicas excepcionales que exigían a los individuos unas condiciones apropiadas para desempeñarse apropiadamente. Es a partir de estas evoluciones sumadas a las del conocimiento del área de la Educación Física, donde el hombre pretende interpretar las concepciones filosóficas que se han dado con relación a esta a partir de la epistemología, teniendo como base la investigación científica, la metodología, la ontología, axiología y la ética, entre otras. . Así mismo la epistemología de la educación Física, Recreación y Deporte pretende profundizar en cada una de las ciencias que alimentan esta área sean estas sociales o naturales, así como los diferentes autores que fortalecen estas áreas La educación física, la recreación y los deportes apoyan dos núcleos de la inteligencia corporal: el control de los movimientos físicos propios y la capacidad para manejar objetos con habilidad. La atracción que sienten los jóvenes por conquistar metas de velocidad, agilidad, coordinación, fuerza y creatividad contribuye al desarrollo de una disposición física y mental favorable a la educación física de calidad. El juego abre ventanas del ser para el cultivo de emociones fundamentales en el aprendizaje de la convivencia como la confianza y la aceptación del otro en su legitimidad. La recreación y los deportes también ofrecen múltiples oportunidades para aprender a compartir, proceder de acuerdo con normas, valorar el hecho de participar, disfrutar los triunfos y aprender las lecciones que encierran las derrotas, pero ante todo, para descubrir las bondades y las exigencias del trabajo en equipo que conduce a crecer juntos y a lograr metas comunes. El conocimiento del cuerpo fomenta la autoestima, los criterios éticos y estéticos del proyecto de vida, van cimentando las bases de una formación integral que trasciende los tiempos y los espacios de la educación formal y abre caminos hacia el cultivo de otras inteligencias como la lógica –matemática y la lingüística. En ese sentido es necesario indagar por la Educación Física, desde sus distintos estudios, sus principios metodológicos, sus desarrollos teóricos y sobre todo su razón de ser como ciencia, como disciplina.

**Fundamentos Pedagógicos.** Desde la pedagogía, entendida ésta en su sentido moderno, como disciplina o campo de saber en el que se realizan investigaciones en el orden de la teoría y la práctica sobre la educación y la formación humana, es posible que los maestros del Área de Educación Física, Recreación y Deporte se acerquen a una reflexión didáctica en torno a ¿qué enseñamos?, ¿cómo enseñamos?, ¿cómo evaluamos? y ¿para qué enseñamos? ¿Qué enseñamos?, alude a la categoría didáctica sobre los contenidos, estos se seleccionan del saber disciplinar y se extraen del legado cultural. El contenido es lo que va a ser enseñado, lo que necesita dominar el estudiante para poder alcanzar el objetivo tanto del saber que se enseña como aquello que le ayuda a su formación humana; “en el contenido habitan tanto las habilidades como los conocimientos que el estudiante asimilará en su proceso de aprendizaje” (Álvarez y González, 2002: 49). Aunque los contenidos se clasifican en ‘contenidos conceptuales’, ‘contenidos procedimentales’ y ‘contenidos actitudinales’, este proceso investigativo se detiene, fundamentalmente, en los contenidos conceptuales, como aquellos que están en relación con los temas, conceptos y habilidades que los maestros seleccionan para estructurar tanto los planes de estudios del Área de Educación Física, Recreación y Deportes, como también, para orientar la clase de Educación Física. El ¿cómo enseñamos? se refiere a la categoría didáctica del método o metódica, que “es la organización interna del proceso docente educativo” (Álvarez y González, 2002: 52). El método es el proceso dinámico que da cuenta de la organización interna de la clase, de las variadas formas en que se realiza la clase, sus procedimientos, es la construcción propia e íntima que se establece entre saber-maestro-estudiante. Desde el método, también es posible analizar la forma de la clase para dar cuenta de los aspectos organizativos, los medios o los objetos que se utilizan en el proceso docente educativo; a través del método, el maestro orienta a los estudiantes a la apropiación de los contenidos, las habilidades y los valores que pretende la clase. ¿Cómo evaluamos? hace referencia específicamente a la categoría de evaluación, esta se entiende como el proceso ‘complejo’ de valoración sobre los contenidos, habilidades y actitudes con base en unos criterios que enjuician, valoran, determinan, aprecian tanto cada parte del proceso educativo como su totalidad. En esta reflexión investigativa interesan los aspectos y criterios que tienen en cuenta los maestros para evaluar la clase de Educación Física desde una perspectiva formativa que busca determinar el grado de adquisición de los conocimientos, habilidades y valores de los estudiantes. “La evaluación se estipula como todo un sistema de acompañamiento al proceso docente educativo como totalidad y en cada una de sus partes (Álvarez y González, 2002: 64). La evaluación está íntimamente ligada con el objetivo, los contenidos, la metódica y la idea de formación. ¿Para qué enseñamos? tiende hacia la categoría de formación (Bildung). La formación “procede del verbo bilden, que significa formar o conformar; habitualmente se utiliza con el sentido de ‘construcción humana’: dotar a los



hombres de habilidades o conocimientos" (Valverde y otros, 2006: 26). Algunos de los significados atribuidos a la formación (Bildung) son: desarrollo interior, desarrollo de dentro hacia fuera, es el fin de la educación, es el proceso de formación de la personalidad, representa la participación en la cultura, la asimilación de ésta y es un proceso de desarrollo del ser humano. Para Kant, "únicamente por la educación el hombre llega a ser hombre"; para Herbart "el concepto fundamental de la Pedagogía es la educabilidad del alumno". Por educabilidad se entiende la posibilidad de educar, es decir, formar, modificar o dirigir la vida humana.

**Competencias propias del área:** La enseñanza aprendizaje será orientada a desarrollar en nuestros estudiantes las competencias que necesitan para desenvolverse de manera exitosa, tanto a nivel personal como social; proponiendo comprender para aprender, mediante la cual el estudiante se apropie de la información de los contenidos, los interprete, reflexione sobre ellos y aplique en otros contextos su propia experiencia. Existen muchos métodos de trabajo en el aula; Antonijevic y Chadwick (1981) desarrollan el concepto de meta cognición, a la cual le asignan tres funciones: la planificación del aprendizaje, su supervisión sobre la marcha (o monitoreo) y la evaluación del éxito del aprendizaje y de la aplicación de las diferentes estrategias.

¿Qué son las estrategias de aprendizaje? Son procedimientos que incluyen técnicas, operaciones o actividades, persiguen un propósito determinado "Son más que habilidades de estudio". La ejecución de las estrategias de aprendizaje ocurre asociada con otros tipos de recursos y procesos cognitivos de que dispone cualquier aprendizaje. Ejemplo: Procesos cognitivos básicos: se refiere a todo el procesamiento de la información (atención, percepción, almacenaje, etc.).

Bases de conocimiento: se refiere a hechos, conceptos y principios que tiene el cual está organizado en forma de esquema jerárquico llamado conocimientos previos.

**Conocimiento estratégico:** son las llamadas estrategias de aprendizaje "Saber cómo conocer".

Conocimiento meta cognitivo: conocimiento que poseemos sobre qué y cómo lo sabemos, así como el conocimiento que tenemos sobre nuestros procesos y operaciones cognitivas cuando aprendemos recordamos o seleccionamos problemas. Consiste en ese saber que desarrollamos sobre nuestros propios procesos y productos de conocimientos. Las estrategias de aprendizaje pueden clasificarse en función de que tres generales o específicas son: del dominio del conocimiento al que se aplican, del tipo de aprendizaje que favorecen, de su finalidad, del tipo de técnicas particulares que conjuntan.

Fundamentos Sociológicos El deporte se constituye para las sociedades modernas en un fin y un medio a la vez, a través del cual se articula y se llevan a cabo objetivos de orden social, algunos orientados a la salud, la educación, al desarrollo cultural y social y al cumplimiento

de determinados fines económicos. La magnitud de su impacto se hace manifiesto de manera transversal en todas las actividades e instituciones del hombre. Por lo tanto la actividad de la práctica físico-deportiva se ha convertido en una de las principales ocupaciones del tiempo libre en las sociedades contemporáneas, por las posibilidades de intercambio social y cultural.

Fundamentos Psicológicos El Currículo y la metodología deben organizarse alrededor del individuo. La búsqueda de maneras para individualizar el aprendizaje y la enseñanza es la fuerza innovadora más importante entre las que influyen en el desarrollo de los sistemas educativos modernos. En el sentido operativo, cada estudiante sigue su propio rumbo y aprende según sus: o Intereses o Habilidades o Antecedentes o Se preocupa primero por sí mismo, luego por el grupo o Es el punto focal de la enseñanza. Requiere: 1. Contexto institucional flexible 2. Diversos medios para enseñar a aprender 3. Diversos patrones organizacionales 4. Diversas técnicas operacionales 5. La participación del estudiante 6. Diversas maneras de colaboración de profesores (asesoramiento) EL INDIVIDUO DEBE: 1. Entrar en contacto con diversos Niveles y formas de aprendizaje grupal o individualmente. 2. Tener la oportunidad de trabajar en grupo para descubrir las relaciones existentes entre las diversas disciplinas. La fragmentación del conocimiento por materias debe ser remplazada por enfoques interdisciplinarios y multidisciplinarios. La acción de los profesores debe ser acorde con los siguientes enfoques: o Enseñanza por equipos o Enseñanza Individualizada o Enseñanza sin grados La adolescencia es un tiempo de cambios en el cual se desarrolla la autoestima y la identidad, los jóvenes deben llegar a comprender quiénes son y trataran de diferenciarse del resto, es fundamental en esta etapa que logren conocer sus aspectos positivos y negativos para que así consigan sentirse valiosos. Gran tarea para los jóvenes ya que comenzaran de esta forma lentamente su camino hacia la adultez. Un camino no exento de dificultades, pues se desencadenará lo que se denomina “Crisis de Identidad” donde además se presentaran los conflictos no resueltos de la infancia. El joven comienza a comparar la opinión de sí mismo, que ha adquirido en el pasado, con la cual puede revelarse o revalorarla en función de la opinión y aprendizaje proveniente de un otro (padres, amigos, profesores, etc.). Este sólo acto dará paso a la valoración e importancia de la opinión de sus pares. El adolescente reorganizara su nueva identidad en función de aquellas normas, valores, opiniones, etc. que le permitan apreciarse como sujeto. Esto producirá un cambio en su autoestima. Es necesario tener presente que la autoestima es baja en la etapa de la adolescencia puesto que actúa como un reforzador negativo dando énfasis solo a los errores y fracasos en el ámbito personal, escolar y social del adolescente generando una gran inseguridad, la cual se focaliza en el área del aprendizaje fomentando un bajo rendimiento escolar. Es por esto que los fracasos académicos están relacionados con la poca aceptación de la familia, profesores y pares, esta desaprobación puede tomar formas inesperadas las cuales se cargan de sentimientos

negativos. Palabras como “eres un tonto”, “eres un flojo” fomentan una negatividad en sí mismo y al no existir reforzadores positivos el adolescente no es capaz de desarrollar un concepto positivo acerca de sí mismo dando como resultado diversos problemas en el ámbito académico. Comunicarse con él o la adolescente sigue siendo la herramienta más efectiva para detectar cualquier problema conductual y/o psicológico, pues debemos tener en cuenta que existen agentes de riesgo como por ejemplo la ansiedad y la impulsividad que en diversas situaciones hace que el adolescente se muestre nervioso y/o preocupado la mayor parte del tiempo. Es importante tener presente que cuando un o una adolescente deprimido(a) presenta los siguientes síntomas: parece triste o irritable perdiendo el interés por las actividades que antes le entretenían, come mucho o por el contrario muy poco, le cuesta pensar o concentrarse, le cuesta tomar decisiones y se siente inútil o con desesperanza debe ser derivado a un profesional de la salud mental, ya que sólo éste podrá entregar un diagnóstico adecuado.

## 6. MARCO CONTEXTUAL

El municipio de Rivera se encuentra situado al nororiente del Departamento del Huila, limita al norte con el municipio de Neiva, al sur con el municipio de Campoalegre, al oriente con los municipios de San Vicente del Caguán (Caquetá) y Algeciras; y al occidente, con el municipio de Palermo; según ordenanza Núm. 04 de creación del municipio en mayo 17 de 1943, siendo modificados por la ordenanza Núm. 6, de noviembre 13 de 1969, la cual anexa al municipio de Neiva, las veredas Los Limpios y El Pedregal, lo que hoy se conoce como inspección de El Triunfo, que surte efectos a partir del primero de enero de 1970. La población actual del municipio está calculada en un total de 21.370 habitantes.

La distancia del casco urbano a la capital del departamento es de tan sólo 22 km. Rivera es conocido como el municipio verde del Departamento, es un lugar importante para el desarrollo integral de la región. La Asamblea del Huila le dio el nombre de Rivera a la localidad de San Mateo, en honor al gran poeta y novelista José Eustasio Rivera. Hoy en día, se reconoce por su atractivo turístico, por las aguas termales que posee, siendo una de sus actividades económicas principales, es además, productor de cacao, frutales y la ganadería.

A 2.5 km del casco urbano, se localiza la vereda El Guadual por la vía del Anillo Vial Turístico que de Rivera conduce a Neiva. Lugar donde está ubicada la Institución que lleva el mismo nombre, EL Guadual. Según la historia de sus habitantes, la vereda toma el mismo nombre de la quebrada que la cruza de oriente a occidente. Su creación data de 190 años y no existe norma legal sobre su creación.

La Institución Educativa Núcleo Escolar El Guadual es de orden oficial, carácter mixto, ofrece jornada completa y sabatina (programa SER), con niveles de preescolar, básica y media técnica. Cuenta con 12 sedes anexas y la principal. Dichas sedes son: Sede Agua Caliente, Agua Fría, Alto Guadual, Arrayanal, El Salado, El Tambillo, Honda Alta, Las Juntas, Loma Larga, Rio Negro, Viso Mesitas.

La población estudiantil es de 603 alumnos, provenientes de las zonas rural y urbana de Rivera, Y municipios aledaños; ofrece servicio mixto de internado a jóvenes mayores de 10 años. La planta de personal está conformada así: rector, coordinador, docente orientador, cinco (5) administrativos, veintidós (22) docentes en la sede principal y doce (12) en las sedes anexas. Su filosofía es formar estudiantes “Líderes, pensadores y autónomos”, según su proyecto educativo institucional cuenta con una infraestructura en buen estado; dieciocho (18) aulas dotadas de pupitres unipersonales tipo universitario, cada aula con un

tablero en acrílico, biblioteca, sala de audiovisuales, aula de informática, laboratorio de física y química, dos canchas múltiples, una cancha de fútbol, zona de campamento, parque bosque, entre otros ambientes de aprendizaje. Su extensión es de 17 hectáreas las cuales se han distribuido en área construida y área para el desarrollo de los proyectos agropecuarios; a saber: cuyícola, cunículo, piscícola, porcícola, avícola, ganadería, biofábrica, cacao, cítricos, pastos de corte, vivero, huerta escolar y agroindustria. Su especialidad; explotaciones agropecuarias ecológicas en convenio interinstitucional con el Sena, dentro del programa de articulación.

Se cuenta con estudiantes cuyas familias están catalogadas en los estratos socioeconómicos 1 y 2; en su mayoría, realizan labores agropecuarias, tales como jornaleo en cosecha, algunos son mayordomos empleadas del servicio doméstico, otros cultivan y cosechan productos de pancoger, principalmente cacao, cilantro, hierbas aromáticas, frutales, entre otros.

#### **AMBIENTE CLIMATICO:**

**CLIMA:** Cálido

**TEMPERATURA:** 23º.C Aproximadamente.

**ALTURA:** 400 Metros sobre el nivel del mar.

#### **Perfil del Estudiante:**

El bachiller Técnico de la Institución Educativa Núcleo Escolar “El Guadual” de Rivera Huila debe estar capacitado para liderar funciones propias del sector agropecuario y ambiental en la oferta de productos y/o servicios que vinculen al sector, de tal manera que pueda atender con eficiencia y eficacia las necesidades de su región.

La preparación integral busca formar actitudes de líder para que cada nueva generación se constituya en pilar fundamental de proceso de evolución regional en las actividades sociales que propende hacia el desarrollo económica y cultural; incorporándose así de manera óptima y segura a su medio; buscando con ello el uso racional de recursos para su propio beneficio, de la comunidad y del país.

#### **HORIZONTE INSTITUCIONAL**

##### **MISIÓN**

La Misión de la Institución Educativa Núcleo Escolar el guadual es la de contribuir a la formación de personas en cualquier tipo de situación de forma íntegra, con identidad original, capacidad de liderazgo y espíritu investigativo en el campo agroambiental y

turístico, para la solución de problemas en la búsqueda de una mejor convivencia social y con el medio ambiente, para un mayor desarrollo de la región.

## **VISIÓN**

La Institución Educativa “Núcleo Escolar El Guadual” de Rivera-Huila, espera para el año 2020, ser una empresa generadora de líderes competentes en la gestión y aprovechamiento de recursos agropecuarios, explorando y explotando de manera sostenible su medio ambiente, encontrando así en el sector turístico nuevas alternativas que les permita elevar su nivel de vida.

## 7. MARCO CONCEPTUAL

Se pretende generar en los estudiantes el interés por la práctica deportiva como estrategia de aprendizaje existente y que adaptada a la edad, necesidades y expectativas de los niños permite lograr importantes avances en su formación integral. La lúdica resulta una manera agradable de orientar al estudiante en el mundo del conocimiento y de acabar con la rutina de la clase tradicional, pues cada actividad trae su propia motivación y finalidad, lo cual facilita el proceso de enseñanza y aprendizaje.

“La didáctica considera el juego como un entretenimiento que propicia conocimiento”, (Minerva Torres, 2002) porque estimular al aprendizaje para que sea significativo, es un propósito de la lúdica utilizada como herramienta didáctica. En su proceso de formación demanda acción; es así como la lúdica despierta en él, interés por participar, generando la internalización de valores indispensables para su desenvolvimiento en la vida. Además, al juego se le atribuye el mejoramiento de la comprensión y la actitud de niños y jóvenes de manera general, y si el juego relaciona esas cualidades cognitivas y comportamentales, la lúdica las potencializa más y mejor.

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 y el aprendizaje significativo. 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.

**Conceptos:** Para hacer una reflexión didáctica sobre un saber disciplinar es necesario iniciar con un marco referencial con el cual se fundamenta conceptualmente la Educación Física en las Instituciones Educativas. Este marco obedece a las siguientes corrientes de la Educación Física: la psicomotricidad, el deporte educativo, la expresión corporal y la

tendencia de la actividad física y la salud. La psicomotricidad se originó en Francia a partir de 1950-60 y surgió en oposición a la concepción exclusivamente biológica y mecanicista del cuerpo, sustentada en los estudios provenientes de la neurofisiología, la psiquiatría, la psicología cognitiva e incluso la fenomenología y la sociología. Entre los fundamentos teóricos de esta corriente se encuentra que la educación psicomotriz se concibe como una educación dirigida no ya al cuerpo como entidad meramente biológica, sino a una entidad psicosomática en la cual las estructuras motrices se desarrollan en interacción constante entre el "yo" y el medio, ya sea físico o social. Con la psicomotricidad se pasa de la Educación Física, dominada por la gimnasia correctiva y la gimnasia rítmica, al trabajo sobre la imagen corporal, la lateralidad, la coordinación, la especialidad, la temporalidad, entre otras. El Deporte Educativo se originó en Inglaterra con Thomas Arnold y en Francia con Pierre de Coubertain en el siglo XIX. Son dos hechos fundamentales, uno del siglo XIX y otro de principios del siglo XX los determinantes de la utilización del deporte en la educación. El primero, obra de Thomas Arnold al introducir los juegos deportivos en los colegios ingleses, y el segundo debido a la obra del Barón de Coubertín y su instauración de los Juegos Olímpicos contemporáneos, que han hecho del deporte, nacido en un marco aristocrático, una actividad social que incluye como actores o espectadores a grandes masas de la población y que invade también la institución escolar. Los objetivos del deporte educativo se centran en educar para el deporte, educar a través del deporte y como forma de socialización. Uno de los autores que más influenció para introducir el deporte educativo en la Educación Física fue el español José María Cagigal, el cual denominó como 'deporte praxis o deporte práctica'. Este autor considera que el deporte tiene una función educativa en la medida en que pone sobre el deporte valores y funciones como autocontrol, autoexpresión, juego limpio, perseverancia, esfuerzo, equilibrio, entrega, superación, norma, disciplina, los cuales constituyen un fundamento educativo. Desde esta perspectiva teórica, en la Educación Física se habla del deporte como un medio para educar en la formación de valores, actitudes y normas. Esta intención tiene gran influencia en los procesos educativos, pues incide sobre aspectos tales como el proceso de socialización en general, la adquisición de competencias sociales, el control de los impulsos agresivos, el grado de adaptación a las normas establecidas, la superación del egocentrismo, la relativización progresiva del punto de vista propio, el nivel de aspiración e incluso el rendimiento escolar. La Expresión corporal surge en Francia y aunque aparece inicialmente como el conjunto de actividades relacionadas con la danza y la gimnasia rítmica que se impartían a las niñas y las jóvenes en las instituciones educativas, suele señalarse la década de los años sesenta como el momento clave de emergencia de esta corriente del movimiento humano, que a través del movimiento integra la danza, el teatro, la psicomotricidad, la psicocinética, entre otras. La expresión corporal posibilita, creatividad, liberación, sensibilización, el autoconocimiento, la expresión, es decir, con es un lenguaje



corporal expresivo. Tendencia de la actividad física y la salud. Desde los orígenes de la Educación Física con John Locke en 1693 con el libro ‘Pensamientos sobre Educación’ y con Ballesxerd en 1762, la atención de la Educación Física estuvo dirigida al cuidado de la salud. “Para John Locke la Educación Física se puede organizar en tres grandes disposiciones: en el cuidado del cuerpo para conservar la salud, en que ayuda a mantener recto el espíritu y en la recreación del espíritu. Locke resalta a la Educación Física como base para una adecuada educación moral e intelectual (Gallo, 2006: 105). La tendencia de una Educación Física para la salud ha estado anclada al modelo biomédico, y se orienta por medio del conocimiento del cuerpo y su funcionamiento como también por medio del desarrollo de las capacidades físicas como fuerza, flexibilidad y resistencia, donde se espera contribuir al proceso de la prevención de las enfermedades, al mantenimiento de la salud y generar efectos benéficos para el organismo.

## **APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE ÁREA**

Atendiendo a que dentro del marco de la Ley 115, la educación se define como *“un proceso de formación permanente, cultural y social, que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos, y de sus deberes”*, el área de Educación Física, Recreación y Deporte se define dentro de este marco conceptual articulándola con los elementos teóricos de la Educación Física, entendida como un campo del conocimiento o disciplina de estudio.

La Educación Física, en sentido general, es definida por un colectivo de especialistas como: *“un proceso pedagógico encaminado al perfeccionamiento morfológico y funcional del organismo del hombre, a la formación y mejoramiento de sus habilidades motrices vitalmente importantes, a la elevación de conocimientos y al desarrollo de cualidades morales individuales y sociales de la personalidad. En tal sentido la Educación Física deberá propender por el mejoramiento de la capacidad física, de la salud, de la convivencia social como para la actualización en el conocimiento específico del área, sus avances tecnológicos, su uso y transformación para beneficio de la sociedad”*.

## **PEDAGOGÍA Y EDUCACIÓN FÍSICA**

En esta propuesta, la pedagogía se entiende como la ciencia encargada de estudiar e investigar sobre el fenómeno educativo a partir de un proceso de reflexión sistematizado que permita la generación de conocimiento autónomo. Tiene como fin aportar principios teóricos que sirvan de referente en la búsqueda de solución a los problemas presentados en el proceso de aprendizaje, que se utiliza como mediador en la formación del individuo.

## **ENFOQUE BIOSICOSOCIAL**

¿Cuáles son los fundamentos pedagógicos, psicológicos, biológicos, epistemológicos y sociológicos que le dan sentido como área? ¿Qué importancia tiene la Educación Física para la formación del nuevo ciudadano y de la nueva sociedad colombiana? ¿Por qué tan reiterada en las leyes básicas de nuestro país? ¿Cómo han dado respuesta las instituciones y los profesionales del área a estos interrogantes?

El enfoque biosicosocial se presenta como una respuesta concreta a los interrogantes formulados, porque ve la Educación Física como un área que forma parte de todo el sistema educativo el cual tiene propósito nacional, contribuir a: *“la formación de un nuevo ciudadano, más productivo en lo económico, más solidario en lo social, más participativo y tolerante en lo político, más respetuoso en los derechos humanos, y por tanto más pacífico en sus relaciones con sus semejantes; más consciente del valor de la naturaleza y por tanto menos depredador, integrado en lo cultural, y por tanto más orgulloso de ser colombiano”*.

La Educación Física con enfoque biosicosocial, desde lo biológico hace suya la responsabilidad de contribuir al desarrollo de la estructura orgánico – funcional, para lo cual deberá orientar actividades adecuadas al nivel de desarrollo orgánico del individuo. El papel de la Educación Física desde este punto de vista es el facilitar al organismo los ajustes sistémicos implícitos en el desarrollo, garantizando en lo posible la salud del individuo.

*PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA UNA ALTERNATIVA CURRICULAR. HIPÓLITO CAMACHO C.*

## **LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA ECOLOGÍA HUMANA**

“Es el estudio de las relaciones entre seres humanos y su entorno. Los ecologistas investigan el modo en que los seres humanos adaptan su genética, fisiología, cultura y conducta al medio físico y social. También podemos definir la ecología humana como el estudio científico de las relaciones, entre tiempo y espacio, entre la especie humana y otros componentes y procesos de los ecosistemas de los cuales forman parte.

En la actualidad la ecología humana se incluye dentro de un amplio marco ecológico u evolutivo e incluye el estudio del impacto humano sobre el entorno, la nutrición, los desastres ecológicos y la demografía. Aunque el alcance de la ecología humana es inmenso, existe un aspecto común que es la comprensión del modo en que los seres humanos responden a su entorno, sea este genético, fisiológico, de conducta o de cultura”.

*EDUCACIÓN AMBIENTAL – PROGRAMA ESCUELA VIVA.*

## **8. LINEAMIENTOS GENERALES DE LOS PROCESOS CURRICULARES PARA EL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES (MEN Res. 2343 DE 1996)**

### **EDUCACION PREESCOLAR.**

- Reconoce las partes de su cuerpo y las funciones elementales de cada una.
- Relaciona su corporeidad con la del otro y lo acepta en sus semejanzas y diferencias.
- Controla a voluntad los movimientos de su cuerpo y de las partes del mismo y realiza actividades que implica coordinación motriz fina y gruesa.
- Muestra armonía corporal en la ejecución de las formas básicas de movimiento y tareas motrices y la refleja en su participación dinámica en las actividades de grupo.
- Se orienta en el espacio y ubica diferentes objetos relacionados entre si y con sigo mismo. Aplica esa orientación a situaciones de la vida diaria.
- Expresa y representa corporalmente emociones, situaciones escolares y experiencias de su entorno.
- Participa, se integra y coopera en actividades lúdicas en forma creativa, de acuerdo con la edad.
- Tiene hábitos adecuados e aseo, orden, presentación personal y alimentación.

### **GRADOS PRIMERO SEGUNDO Y TERCERO.**

- Establece relaciones dinámicas entre su movimiento corporal y el uso de sus movimientos; coordina sus movimientos de acuerdo con diferentes ritmos y posiciones.
- Realiza actividades motrices en tiempos distintos y diversos espacios, utilizando patrones básicos de movimiento como, caminar, correr, saltar, lanzar, en diferentes direcciones, niveles y ritmos.
- Realiza movimientos a partir de instrucciones y demostraciones, como expresión de actividades imaginativas o por su propia necesidad de expresión lúdica.
- Desarrolla de manera creativa actividades lúdicas en grupo, asume roles y responsabilidades en las practicas recreativas.
- Practica libremente ejercicios rítmicos con implementos o sin ellos, dentro y fuera de la institución.

- Acepta y aplica normas en la práctica de los juegos pre-deportivos.
- Combina ejercicios y juegos apoyándose en su creatividad e imaginación.
- Desarrolla su tendencia lúdico-social mediante la práctica activa en clubes recreativos, festivales escolares de acuerdo con sus intereses.
- Relaciona la práctica con el ejercicio físico con un buen estado de salud y el uso lúdico de los entornos.
- Comprende la importancia de la práctica recreativa y deportiva al aire libre.

#### **CUARTO, QUINTO Y SEXTO**

- Usar el tiempo extraescolar en actividades recreativas, deportivas, culturales, artísticas y en general, en la percepción y aprovechamiento de un entorno más amplia.
- Demuestra afición por actividades específicas de tipo recreativo, deportivo y cultural.
- Participa con agrado en actividades de conservación del medio ambiente, cuidando y mejorando su ecosistema escolar.
- Coordina patrones básicos de movimientos y conserva su equilibrio en la ejecución de ellos.
- Asocia los patrones de movimiento con los fundamentos de las prácticas deportivas.
- Consulta temas relacionados con la educación física, la recreación y el deporte y los valora en función de su práctica y del uso creativo del tiempo libre.
- Reconoce el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.
- Ejecuta ritmos corporales en función de ritmos musicales.
- Adopta una actitud crítica ante las actividades y prácticas sociales del deporte, la recreación y el uso del tiempo libre, susceptibles de provocar trastornos, enfermedades o deterioro del ambiente.
- Muestra disciplina cuando participa en actividades física, deportivas y recreativas.
- Valora la competencia deportiva como elemento para su desarrollo personal.
- Asume el juego como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y valores y ejecuta actividades de ocio para descansar.

### **SÉPTIMO OCTAVO Y NOVENO.**

- Integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento, a los fundamentos de la destreza deportivas y a manifestaciones estéticas y culturales.
- Lidera grupos deportivos, recreativos y artísticos y promueve la organización de grupos juveniles de viaje, excursiones, de protección del ambiente.
- Practica los fundamentos básicos de la educación física y utiliza adecuadamente los escenarios e implementos deportivos, domésticos, laborales y en general de la vida cotidiana.
- Entiende el ejercicio físico como agente determinante y hábito diario, para el mejoramiento de sus funciones orgánicas y corporales.
- Diseña y participa con agrado en actividades dirigidas, para dinamizar, recupera y conserva el medio ambiente.
- Asume el viaje y la excursión como forma de solidaridad, de comunicación, de formación y de socialización.
- Asume con actitudes positivas la victoria o la derrota en el juego y valora sus consecuencias.
- Relaciona sus pasatiempos con actividades que implican trabajo creativo y comprende que el trabajo también debe satisfacer su necesidad lúdica.
- Mantiene y respeta las normas de juego y contribuye a la creación de nuevas normas.

### **DÉCIMO Y UNDÉCIMO.**

- Descubre y desarrolla elementos tácticos en situaciones de juego.
- Participa en la organización de proyectos y gestiona actividades recreativas, deportivas, turísticas y en general al uso del tiempo libre.
- Ejecuta en forma técnica los fundamentos deportivos de diferentes modalidades y usa correctamente los escenarios e implementos deportivos, recreativos y gimnásticos.
- Practica el viaje en grupo, la recreación social y las actividades de educación física en el tiempo libre.
- Promueve la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre, como estrategia de prevención del consumo de sustancias psicoactivas.
- Asume la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.

- Aplica en su comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre, salud.
- Organiza y lidera frecuentemente actividades dirigidas a dinamizar, recuperara y conservar el medio ambiente.
- Otorga importancia a las prácticas deportivas, recreativas y de uso del tiempo libre en el desarrollo de la sociedad.
- Demuestras con el cultivo de su cuerpo, el respeto a la dignidad de su propia vida y de la vida de los demás.
- Respeta y valora las diferencias s de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.
- Entiende lo lúdico y la ludicidad como un valor que redimensiona e impacta el propio trabajo y en general, el quehacer de la vida cotidiana y no como algo episódico y circunstancial.

## 9. ESTANDARES CURRICULARES

### ESTANDARES GENERALES DE COMPETENCIA MOTRIZ PARA EL NIVEL DE PREESCOLAR

DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
Adquiero autonomía y confianza para realizar de manera adecuada actividades de mi contexto personal, familiar y escolar.	Me integro de manera activa con niños de mi edad y expreso sentimiento y actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad.	Poseo habilidades y destrezas elementales que me permiten el manejo de implementos y herramientas en actividades recreativas y productivas propias de mi edad.

### ESTANDARES ESPECIFICOS DE COMPETENCIA MOTRIZ PARA EL NIVEL DE EDUCACION PREESCOLAR

DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Manifiesto por medio de mis movimientos seguridad al desplazarme en un espacio determinado.</li> <li>➤ Me ubico en lugares determinados y establezco adecuadamente relaciones espaciales (arriba, abajo, atrás y a los lados).</li> <li>➤ Reconozco lugares que pueden atentar contra mi integridad física y los evado de manera eficiente.</li> <li>➤ Realizo con facilidad tareas cotidianas relacionadas con la alimentación, el aseo y la presentación personal.</li> <li>➤ Ayudo en las tareas escolares y del hogar, de acuerdo a mis capacidades.</li> <li>➤ Expreso seguridad cuando realizo actividades en mi diario vivir.</li> <li>➤ Organizo los juguetes y elementos que utilizo, aplicando conceptos temporoespaciales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Participo de manera espontánea en actividades recreativas con niños de mi edad y expreso sentimientos y actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad.</li> <li>✓ Controlo las emociones de alegría, tristeza, ira y temor en las relaciones con mis compañeros.</li> <li>✓ Organizo juegos infantiles con mis amigos en diferentes ambientes escolares y familiares.</li> <li>✓ Participo, me integro y copero en actividades de grupo dentro y fuera de la institución educativa.</li> <li>✓ Relaciono mi corporalidad con la de mis compañeros y acepto las semejanzas y diferencias.</li> <li>✓ Expreso sentimientos de solidaridad y sociabilidad a través de mis movimientos corporales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aplico la coordinación fina y visomotriz en la ejecución de tareas escolares y del hogar.</li> <li>○ Ejecuto destrezas elementales que ponen en prueba mi equilibrio estático y dinámico. (Saltar en un pie, caminar sobre superficies elevadas, entre otras)</li> <li>○ Aplico los patrones de manipulación pasar y recibir (estadio inicial), en juegos infantiles por parejas y pequeños grupos dentro y fuera de la institución educativa.</li> <li>○ Manipulo adecuadamente los materiales que utilizo en la elaboración de tareas dentro y fuera de la institución educativa.</li> <li>○ Aplico los patrones elementales de locomoción y juegos infantiles por parejas y pequeños grupos dentro y fuera de la institución educativa.</li> </ul>

### ESTANDARES GENERALES DE COMPETENCIA MOTRIZ PARA EL NIVEL DE BASICA PRIMARIA

Grados Primero, Segundo Y Tercero.		
DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
➤ Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico cotidianamente a través de juegos y ejercicios de mi contexto.	✓ Participo y disfruto de las actividades recreativas y deportivas realizadas en mi ambiente familiar, escolar y social.	○ Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo a mi fase de desarrollo.
Grados Cuarto y Quinto.		
DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
➤ Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas en mi tiempo libre.	✓ Participo en la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar, escolar y social.	○ Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad.

### ESTÁNDARES ESPECÍFICOS DE COMPETENCIA MOTRIZ PARA EL NIVEL DE EDUCACIÓN BÁSICA PRIMARIA

Grados Primero, Segundo Y Tercero.		
DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Controlo mis emociones cuando no logro lo que deseo.</li> <li>➤ Persisto en alcanzar las metas que me propongo en relación con mi desarrollo físico atlético.</li> <li>➤ Muestro predisposición y ánimo para la práctica de las actividades físicas.</li> <li>➤ Consumo una dieta alimenticia que favorece mi desarrollo físico y mental.</li> <li>➤ Fortalezco la capacidades volitivas a través de actividades predeportivas que me permiten superar adversidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Formo parte de grupos juveniles, artísticos o recreativos.</li> <li>✓ Práctico y promuevo el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>✓ Soluciono por medio del dialogo los conflictos producidos durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas y deportivas.</li> <li>✓ Respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</li> <li>✓ Contribuyo con una actitud positiva al mejoramiento del ambiente escolar y familiar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Practico los fundamentos básicos de un deporte.</li> <li>○ Ejecuto las rutinas de un baile típico de mi región.</li> <li>○ Los ejecuto los patrones fundamentales de movimiento en un nivel de desarrollo maduro.</li> <li>○ Me responsabilizo de ciertas actividades laborales propias de mi hogar e institución.</li> <li>○ Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propios de mi edad.</li> </ul>
Grados Cuarto y Quinto.		



DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Controlo mis emociones cuando no logro lo que deseo.</li> <li>➤ Persisto en alcanzar las metas que me propongo en relación con mi desarrollo físico atlético.</li> <li>➤ Muestro predisposición y ánimo para la práctica de las actividades físicas.</li> <li>➤ Consumo una dieta alimenticia que favorece mi desarrollo físico y mental.</li> <li>➤ Fortalezco la capacidades volitivas a través de actividades predeportivas que me permiten superar adversidades.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Formo parte de grupos juveniles, artísticos o recreativos.</li> <li>✓ Práctico y promuevo el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>✓ Soluciono por medio del dialogo los conflictos producidos durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas y deportivas.</li> <li>✓ Respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</li> <li>✓ Contribuyo con una actitud positiva al mejoramiento del ambiente escolar y familiar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Practico los fundamentos básicos de un deporte.</li> <li>○ Ejecuto las rutinas de un baile típico de mi región.</li> <li>○ Los ejecuto los patrones fundamentales de movimiento en un nivel de desarrollo maduro.</li> <li>○ Me responsabilizo de ciertas actividades laborales propias de mi hogar e institución.</li> <li>○ Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propios de mi edad.</li> </ul>

**ESTANDARES GENERALES DE COMPETENCIA MOTRIZ EN LA EDUCACION BASICA SECUNDARIA Y MEDIA.**

GRUPOS DE GRADOS	Estándares Generales de C.M. Para El Desarrollo Personal	Estándares Generales de C.M. Para La Interacción Social.	Estándares Generales de C.M. Para Desarrollo De La Productividad
<b>GRADOS 6 Y 7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Poseo libertad y la utilizo responsablemente en la práctica de juegos, ejercicios y actividades predeportivas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar y escolar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requieren de la aplicación de habilidades y destrezas motoras.</li> </ul>
<b>GRADOS 8 Y 9</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de deportes individuales y colectivos en mi tiempo libre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Participo y lidero la organización y dirección de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar e institucional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ejecuto tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requieren habilidades y destrezas complejas.</li> </ul>
<b>GRADOS 10 Y 11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Poseo autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lidero, planifico y administro de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en mi ambiente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Dominio los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos, recreativos y de</li> </ul>

	conservación de mi salud psíquica y física.	institucional y comunitario.	acondicionamiento físico y los aplico en mi comunidad.
--	---	------------------------------	--

**ESTANDARES ESPECIFICOS DE COMPETENCIA MOTRIZ EN LA EDUCACION BASICA SECUNDARIA Y MEDIA.**

<b>GRUPOS DE GRADOS</b>	<b>Estándares Específicos Para El Desarrollo Personal</b>	<b>Estándares Específicos Para La Interacción Social.</b>	<b>Estándares Específicos Para Desarrollo De La Productividad</b>
<b>GRADOS 6 Y 7</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar tareas motrices.</li> <li>➤ Mantengo vigentes mis habilidades motrices que me permiten explorar y adaptarme al medio.</li> <li>➤ Incremento mis capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos.</li> <li>➤ Valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios sobre mi salud física y mental.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Reconozco las diferencias personales y el carácter único del ser humano y lo respeto.</li> <li>➤ Acepto y comprendo las limitaciones físicas, sensoriales y cognitivas de mis compañeros.</li> <li>➤ Interactúo motrizmente con mis compañeros para el logro de metas colectivas.</li> <li>➤ Atiendo consejos y críticas de mis profesores y compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Ejecuto tareas domésticas propias del contexto familiar y laboral de manera eficiente.</li> <li>➤ Aplico conceptos de seguridad personal y ambiental en la ejecución de tareas motrices.</li> <li>➤ Aplico y relaciono en juegos colectivos y predeportivos fundamentos técnicos básicos de al menos dos modalidades deportivas.</li> </ul>
<b>GRADOS 8 Y 9</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Realizo de manera sistemática ejercicio físico para mejorar mis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reconozco las diferencias individuales carácter único de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Utilizo los pasatiempos que me sirvan como aprestamiento</li> </ul>

	<p>funciones orgánicas y corporales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Valoro la competencia deportiva como un espacio apropiado para mejorar mi desarrollo personal.</li> <li>✓ Recuperó, conservo y mejoro mi medio ambiente como escenario propicio para la práctica de la actividad física.</li> <li>✓ Valoro la importancia de la práctica regular de actividades físicas, recreativas y predeportivas sobre la salud física y mental.</li> </ul>	<p>cada persona y me integro con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reconozco y valoro las capacidades y habilidades del otro como medio de crecimiento colectivo.</li> <li>✓ Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas.</li> <li>✓ Asumo mi responsabilidad personal para la construcción del bienestar colectivo.</li> <li>✓ Acepto la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias.</li> </ul>	<p>creativo para las actividades productivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Participo en la organización, planeación y ejecución de los proyectos lúdicos deportivos y recreativos en mi entorno escolar y comunitario.</li> <li>✓ Valoro la importancia de la técnica para la ejecución eficiente de los fundamentos deportivos.</li> </ul>
<b>GRADOS 10 Y 11</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Incorporo en mis hábitos diarios la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener mi salud física y mental.</li> <li>○ Asumo la actividad física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.</li> <li>○ Utilizo procedimientos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Respeto y valoro las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales.</li> <li>○ Aplico los valores de solidaridad, cooperación, honestidad y lealtad a través de mi vivencia en actividades lúdicas y/o deportivas.</li> <li>○ Utilizo las actividades deportivas como un medio eficaz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Promuevo la creación de grupos juveniles para el uso creativo del tiempo libre.</li> <li>○ Aplico en mi comunidad los conocimientos de recreación, deporte, uso del tiempo libre y salud.</li> <li>○ Diseño un programa sistemático de ejercicios de acuerdo con las características de</li> </ul>

	<p>técnicos confiables para controlar y evaluar mis propios logros en el desarrollo de mi corporalidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Mantengo vigentes y refuerzo mis habilidades motrices que me permiten explorar y asumir retos más complejos.</li> </ul>	<p>para relacionarme con diferentes grupos sociales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Contribuyo a la conservación y mejoramiento de los escenarios deportivos de uso institucional y comunitario.</li> <li>○ Reconozco la importancia del trabajo en grupo para la consecución de objetivos comunes.</li> </ul>	<p>mi comunidad y lo aplico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Demuestro autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de mi salud física y mental.</li> <li>○ Organizo y administro torneos en mi institución educativa y en la comunidad.</li> <li>○ Poseo habilidades comunicativas y expongo ideas, opiniones, convicciones y sentimientos de manera coherente y fundamentada, usando varias formas de expresión.</li> </ul>
--	--	--	---

## 10. DISEÑO CURRICULAR



INSTITUCION EDUCATIVA NUCLEO ESCOLAR EL GUADUAL - RIVERA

PROGRAMACIÓN CURRICULAR DEL AREA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE



**DOCENTES RESPONSABLES:** Álvaro Velásquez Soto  
Sandra Liliana Ríos  
Alexandra Andrade Arciniegas

**OBJETIVO DEL ÁREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:** Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.

### GRADO PREESCOLAR

MODULOS	COMPETENCIAS	CONTENIDOS	ELEMENTOS O DESEMPEÑOS DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Mis Sensaciones Corporales I.H.: 20 Horas  EJE CURRICULAR N° 2 Mi Expresión Corporal I.H.: 20 Horas  EJE CURRICULAR N° 3 El Mundo Del Juego I.H.: 20 Horas	Posibilitar múltiples experiencias a los niños con la finalidad de enriquecer sus vivencias y abrirles varias alternativas de expresión psicomotriz; que el niño pueda de múltiples maneras expresar a través de sus movimientos o de su lenguaje, lo que piensa y lo que siento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La alegría de escuchar y sentir</li> <li>❖ Movimiento y lúdica</li> <li>❖ La sonrisa, motricidad y juego</li> <li>❖ Como respeto mi cuerpo</li> </ul>	Identifico y relato situaciones que suceden en mi casa o colegio que considero problemáticas.	Identifica su entorno natural y desarrolla movimientos en su vivencia cotidiana  Crea hábitos deportivos para la conservación de su cuerpo.  Realiza movimientos orientados por el profesor y crea otros nuevos.  Asocia el juego a la actividad diaria escolar. Se expresa solamente manejando la pantomima,	-Camino libremente en la cancha -Participo en el desarrollo de rondas -Elaboro figuras en plastilina  -Imito animales. -salto a determinada señal ESCRIBO, LEEO Y TRADUSCO EN INGLES Jugar, caminar AMBIENTES DE APRENDIZAJES Campos deportivos	Desarrolla movimiento coordinados en espacios naturales.  Practica recreación para tener su cuerpo sano.  Demuestra creatividad en el desarrollo de movimientos. Realiza movimientos ante estímulos musicales.  Disfruta de diferentes formas de juego. Hace comentarios generales acerca de su





**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



## GRADO PRIMERO

MODULOS	COMPETENCIAS	CONTENIDOS	ELEMENTOS O DESEMPEÑOS DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
La Educación Física En El entorno Natural y su Conocimiento Corporal	Explorar y cimentar habilidades y destrezas psicomotoras básicas, y aplicables dentro de su ámbito natural de igualmente maneje el conocimiento corporal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Conocimiento Corporal.</li> <li>❖ Movimientos y destrezas básicas</li> <li>❖ Recreación en campo abierto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Valoro las partes del cuerpo humano.</li> <li>-Defino mi lateralidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Nombro las partes del cuerpo humano a través de una ronda.</li> <li>-Identifica su entorno natural y desarrolla movimientos en su cotidianidad.</li> <li>-Demuestro habilidades a través del juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Un alumno vendado palpa partes del cuerpo de un compañero y las identifica.</li> <li>-Camina, corre y salta</li> <li>-Camina sobre una línea</li> <li>-Camina vendado</li> <li>-Juega a la lleva</li> <li>-Juega al gato y el ratón</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Señala las partes del cuerpo humano que se le indiquen y en sus compañeros.</li> <li>-Señale el lado derecho e izquierdo en su compañero según la indicación dada.</li> <li>-Se desplaza a derecha e izquierda según la indicación dada.</li> </ul>
Conductas motrices de bases y Ejercicios gimnásticos	Desarrollar habilidades y destrezas en la ejecución de pases, lanzamientos, y recepciones con seguridad y precisión mostrando un patrón maduro de movimiento. Coordinar saltos y carreras con diferentes elementos que contribuyan a un positivo desarrollo psicomotor.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Lateralidad.</li> <li>❖ Coordinación óculo-manual, coordinación fina y aculo-pédica.</li> <li>❖ Ajuste postural, control corporal y equilibrio en altura.</li> <li>❖ Percepción rítmica básica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Demuestra conocimiento de su lateralidad.</li> <li>-Demuestra habilidades y destrezas en la imitación de oficios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Demuestra capacidades para desarrollar ejercicios y oficios de la vida cotidiana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mediante rondas identifica el lado derecho e izquierdo de su propio cuerpo y el de sus compañeros.</li> <li>-Conduce y maneja un elemento primero con la mano derecha y luego con la mano izquierda.</li> <li>-Igual al anterior pero con los pies.</li> <li>-Driblar una pelota pequeña con una mano,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desarrolla movimiento coordinados en espacios naturales.</li> <li>-Identifica su lateralidad.</li> <li>-Con un pie golpea un balón a un punto determinado.</li> <li>-Desarrolla movimientos gimnásticos a partir de la imitación.</li> </ul>

<p>Conductas perceptivo-motoras o Espaciales</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>	<p>Vivencias situaciones que requiera gran actividad individual y colectiva, tomando como referencia principal su estructura corporal y al manejo de nociones Temporal y Espaciales sencillas (lento, rápido, sucesivo, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Posibilidades de movimiento e independencia funcional de segmentos.</li> <li>❖ Coordinación trayectorias y distancias, altura y profundidad.</li> <li>❖ Direcciones espaciales y direcciones temporales.</li> </ul>	<p>-Diferencia un movimiento simétrico de un movimiento asimétrico ejecutado con sus segmentos corporales.</p> <p>-Desarrolla destrezas y habilidades motoras para la ejecución de movimientos en forma alterna, simultánea y disociada con sus segmentos corporales.</p> <p>-Fomenta el dialogo y la discusión en grupo a través de la temática planeada.</p>	<p>-Realiza carreras libremente.</p> <p>-Discrimina distancias y direcciones trayectorias.</p> <p>-Determina diferentes omentos de tiempo y establece precisión en la coordinación óculo-manual.</p> <p>-Destaca la importancia del respeto y la colaboración mutua en el trabajo colectivo.</p>	<p>teniendo como referencia una línea</p> <p>-Lanza verticalmente una pelota y la toma con las manos.</p> <p>-Conduce con una mano una pelota pequeña haciendo el zig zag.</p> <p>-Por parejas se hacen pases simultáneamente.</p> <p>-Pasar de posición de pie a de rodilla y luego sentado, invirtiendo el orden de la ejecución.</p> <p>-Desplazarse de pie, de rodillas, en cuadrúpeda y en otras posturas.</p> <p>-Crear variantes</p> <p>-Aplaudir de diferentes maneras y a diferentes velocidades.</p> <p>-Por grupos inventar diferentes aplausos.</p> <p>-Pronunciar palabras y acompañarlas con golpes en el piso o palmadas.</p> <p>-Crear variantes.</p> <p>ESCRIBO, LEO Y TRADUSCO EN INGLES</p> <p>Jugar, caminar, correr, pelota</p> <p>AMBIENTES DE APRENDIZAJES</p> <p>Campo deportivo</p> <p>-Caminar dando palmadas adelante y atrás.</p> <p>-Saltar en un pie y a pie junto alternadamente.</p> <p>-Rotar los brazos simultanea y alternadamente.</p>	<p>-Saltar en un pie, y al pie junto alternadamente hacer énfasis en la alternancia pie junto, un pie etc.</p> <p>-Rotar los brazos simultánea y alternadamente.</p> <p>-Por parejas chocar las palmas de la mano simultánea y alternadamente.</p> <p>-Otras variantes.</p>
--	---	--	--	--	--	---



					<p>-Flexionar y extender simultanea y alternadamente una pierna y un brazo. -Rotar los brazos simétricamente (ambos adelante y ambos atras) -Saltar simultáneamente tomados de las manos: crear variantes.</p> <p>ESCRIBO, LEEO Y TRADUSCO EN INGLES Jugar, caminar, correr, pelota AMBIENTES DE APRENDIZAJES Campo deportivo</p>	
--	--	--	--	--	---	--



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.  
**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:** Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



## GRADO SEGUNDO

MODULOS	COMPETENCIAS	CONTENIDOS	ELEMENTOS O DESEMPEÑOS DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Esquema Corporal  I.H.: 30 Horas	Explorar y cimentar habilidades y destrezas psicomotoras básicas y aplicables dentro de su ámbito natural.  Demostrar capacidades de mantener el equilibrio en superficies elevadas a diferentes alturas además realizar saltos y caídas desde diferentes alturas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Coordinación dinámica general (continuidad y secuencia de movimientos).</li> <li>❖ Lateralidad.</li> <li>❖ Coordinación fina</li> <li>❖ Coordinación óculo manual.</li> <li>❖ Equilibrio dinámico.</li> <li>❖ Conceptos témporo espaciales (simetría y simultaneidad).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Desarrollar un trabajo por parejas y colectivo en donde se demuestre el manejo de varios elementos utilizables en el ámbito cotidiano.</li> <li>-Manifiesta una observación crítica y creativa mediante la discusión e invención de nuevas formas de movimiento.</li> <li>-Desarrolla la coordinación óculo-manual y óculo-pédica en asocio a referencias témporo espaciales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Fomenta la integración de grupo mediante estímulos de diálogos.</li> <li>-Propone experiencias a la inquisición témporo espaciales.</li> <li>-Ejecuta desplazamientos a pie junto realizando rotación simultánea de brazos.</li> <li>-Valora y destaca la importancia de la coordinación en la vida deportiva.</li> <li>-Asume retos en las alturas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Gatea de espaldas en cuadrúpeda en todas las direcciones.</li> <li>-Realiza saltos a un solo pie, luego a pie a junto y luego con pies separados.</li> <li>-Por parejas: la carretilla, uno de pie y otro cuadrúpeda.</li> <li>-Otros</li> <li>-Por parejas y de frente cada niño se desplaza lateralmente al lado que el profesor indique.</li> <li>-Individualmente y ubica frente a un aro, saltar al lado del aro que indique el profesor</li> <li>-Desplazarse por el patio, conseguir piedritas pequeñas y luego contarlas rápidamente.</li> <li>-Abrir huecos pequeños en una hoja de papel y luego introducir un cordel sin dañar la hoja.</li> <li>-Lanzar la pelota verticalmente, efectuar medio giro y tomarla sin dejarla caer: crear variantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Integra múltiples movimientos de manera secuencial sobre desplazamiento.</li> <li>-Gatea de espalda de 4 apoyos desplazándose en todas las direcciones.</li> <li>-Tomados de las manos por parejas desplazarse haciendo caballitos.</li> <li>-sobre una banca o sardinel desplazarse caminando en un pie o a pie junto.</li> <li>-abre huecos pequeños en una hoja de papel y luego introducir un cordel y sin dañar la hoja.</li> <li>-Realiza desplazamientos a pie junto repetido realizando rotación simultánea de brazos.</li> <li>-Conducir un balón con los pies por el suelo, llevando un baston con ambas manos.</li> </ul>

<p>Conductas motrices de base</p> <p>I.H.:25 Horas</p>	<p>Mejorar y definir conductas sicomotoras especiales por su complejidad tales como la coordinación segmentaria, en equilibrio, y el ritmo entre otros y llevarlas a la ejecución de rollos, caídas y giros.</p>	<p>❖ Independencia segmentaria (brazos y piernas).</p> <p>❖ Coordinación óculo-manual, óculo-pédica (direcciones, distancias, y alturas).</p> <p>❖ Equilibrio (altura y profundidad).</p> <p>❖ Percepción rítmica.</p> <p>❖ Control respiratorio, tensión y relajación</p>	<p>-realiza actividades lúdicas que afianza el desarrollo de su equilibrio e independencia segmentaria.</p> <p>-Exploro mi creatividad mediante la asociación de formas de expresión corporal a memorías infantiles.</p> <p>-Incremento el control corporal de la tensión, la relajación, y la respiración en ejecución de tareas específicas.</p>	<p>-Realizo ejercicios de control de respiración.</p> <p>-Escucho una melodía musical.</p> <p>-Realizo una secuencia de pasos.</p> <p>-Participo en una competencia de velocidad.</p>	<p>-Por parejas, uno frente a otro desplazarse lateralmente haciéndose pases.</p> <p>-Subir varias gradas saltando en un solo pie y luego descender.</p> <p>-Por parejas en posiciones cuclillas y de frente hacer rebotes simultáneos en el piso y luego saltar y chocar palma de las manos arriba</p> <p>ESCRIBO, LEEO Y TRADUSCO EN INGLES</p> <p>Jugar, caminar, correr</p> <p>AMBIENTES DE APRENDIZAJES</p> <p>Campo deportivo</p> <p>-Desplazarse a pie junto realizando rotación simultanea de brazos.</p> <p>-Saltar en un pie y al mismo tiempo girar un brazo.</p> <p>-Lanzar verticalmente una pelota a determinadas alturas sin dejarla caer al piso.</p> <p>-Dos niños lanzan sus pelotas para chocarlas en el aire: crear variables.</p> <p>-Saltar de una banca a un aro que esta en el piso, cayendo en diferentes posiciones.</p>	<p>-Lanza verticalmente una pelota y la toma sin dejarla caer al piso.</p> <p>-Sube por una escalera hasta crea conveniente.</p> <p>-Camina por una banca o sardinel, saltando un obstáculo que esta en el centro.</p> <p>-Se desplaza de acuerdo a señales dadas.</p> <p>-Transportar por parejas un objeto pesado, en el momento de levantarlo inspirar, caminar manteniendo el aire y al descargarlo espirar.</p> <p>-Hacer giros completos sobre una banca individualmente.</p> <p>-Destacar la importancia del baile como forma social de recreación.</p> <p>-Crear y organizar esquemas sencillos de movimientos con base en melodías rítmicas.</p> <p>-Establecer una relación elemental entre tiempo y distancia realizando pruebas prácticas.</p>
<p>Conductas sicomotoras e iniciación a destrezas elementales</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>						

		<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Coordinación segmentaria, equilibrio dinámico y estático.</li> <li>❖ Iniciación a la expresión rítmica.</li> <li>❖ Conceptos temporo espaciales. La velocidad.</li> </ul>		<p>-Caminar por un sardinel saltando un obstáculo que esta en el centro.</p> <p>-Por grupos realizar desplazamientos en un solo pie cogidos de la cintura.</p> <p>-Otros.</p> <p>-Por trios uno detrás de otros desplazarse en caballitos, dando palmadas adelante y atrás, todos a un mismo tiempo.</p> <p>ESCRIBO, LEEO Y TRADUZCO DEL INGLES Cantar, empujar AMBIENTES DE APRENDIZAJES Campo deportivo</p> <p>-Por parejas empujarse mutuamente tomándose de los hombros, haciendo énfasis en el control respiratorio y la tensión del cuerpo.</p> <p>-Acostado boca arriba, levantar los glúteos apoyándose en los hombros y conteniendo la respiración.</p> <p>-Por parejas realizar el ejercicio la plancha.</p> <p>-Individualmente los niños corren y a una señal auditiva saltan verticalmente y dan un cuarto de giro y caen en un pie llevando los</p>	
--	--	--	--	---	--

					<p>brazos a los lados.</p> <p>-Otros.</p> <p>-Zapatea para marcar ritmos definidos por el grupo.</p> <p>-Los niños organizados por tríos o por parejas saltan pie junto y aplauden. Los movimientos deben ser iguales.</p> <p>-Asociar el movimiento a una melodía y acompañarla.</p> <p>-Por parejas, desplazarse libremente por el campo haciendo carreras cortas</p> <p>-Por parejas imitar el desplazamiento de animales muy lentos y animales muy rápidos.</p> <p>ESCRIBO, LEEO Y TRADUSCO EN INGLES</p> <p>Saltar, trepar, imitar</p> <p>AMBIENTES DE APRENDIZAJES</p> <p>Campo deportivo</p>	
--	--	--	--	--	---	--



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:** Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



### GRADO TERCERO

MODULOS	COMPETENCIAS	CONTENIDOS	DESEMPEÑOS DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS AMBIENTES Y DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<b>COORDINACIÓN Y JUEGOS CON ELEMENTOS.</b>  I.H.: 15 Horas	Desarrolla la coordinación general óculo-pédica y óculo-manual para las diferentes actividades cotidianas. Reconocer que el control corporal, el equilibrio favorecen el desarrollo de giros, y tijeras siempre cuando tengamos una buena auto estima	-coordinación dinámica general y manejo de sogas. -coordinación óculo-manual y juegos con pelota. -coordinación óculo-pédica y juegos con pelota.	-Precisar la coordinación general óculo-manual y óculo-pédica en el trabajo con sogas y relato. Fomenta la ayuda mutua y destaca la importancia de la autonomía personal mediante juegos de conjunto. -Desarrolla habilidades y destrezas para la coordinación, pase y recepción de la pelota en juegos sencillos de conjuntos.	-desarrolla ejercicios de coordinación dinámica. -mejora su coordinación óculo-manual. -Ejecuto ejercicios de coordinación pedica. -innova ejercicios de coordinación dinámica.	-salta libremente con la sogas -desplazarse saltando la sogas, primero de manera lenta, luego rápida. -lanza una pelota a una línea demarcada -por tríos, hacer concursos del tiro al blanco -por parejas con una pelota realizar pases rasantes, iniciando de cerca para luego ir alejándose. -Por parejas realizar pases a media altura con el borde interno, luego con el empeine -Crear variantes DE AMBIENTE DE APRENDIZAJE: campo deportivo TRANSNVERZALIZACION: Lanzar.	-camina interrumpiendo pasandose pases con pelota -se integra al grupo a juego. -realiza rasantes de cerca luego alejándose
<b>EQUILIBRIO Y EXPERIENCIAS GIMNASTICAS.</b>  I.H.: 15 Horas		-control corporal en rollos y giros. - independencia segmentaria en el reloj y la tijera. -equilibrio en posiciones invertidas. -parada de cabeza. -parada de manos.	-Incrementa el control corporal, el equilibrio, y el control de la independencia segmentaria. -Desarrolla habilidades y destrezas para la ejecución de rollos, giros, tijeras, y posiciones invertidas. -Reconoce la importancia de la disciplina y la	-realiza rollos y giros. -asocia la independencia segmentaria a la ejecución de destrezas gimnasticas "el reloj". -aplica el equilibrio corporal en diferentes ejercicios gimnásticos.	-Por parejas rodar simultáneamente tomados de las manos -Combinar las direcciones izquierda y derecha durante la misma ejecución -Individualmente dar tres saltos en una pierna manteniendo la otra elevada y extendida al frente -De pie describir círculos a media altura al frente con una y otra pierna -Crear variables -El murto: por tríos, dos transportan a uno que esta completamente rígido	-rodar simultáneamente tomados de las manos. -control movimientos de segmentos -realiza como: parada y pases de manos.

			perseverancia en la ejecución de tareas gimnásticas.		-Otros ejercicios AMBIENTE DE APRENDIZAJE: campo deportivo TRANSNVERZALIZACION: Lanzar	
<b>ALTURA Y PROFUNDIDAD EN EXPERIENCIAS ATLETICAS.</b>  I.H.: 25 Horas	Asocia dos elementos importantes del espacio como son la altura y la profundidad en las diferentes experiencias atléticas dentro de su cotidianidad.	-Carreras sin y con obstáculos. -salto a distancia y altura. -lanzamiento de bastón y de pelota.	-Incrementa el control corporal para el trabajo sobre alturas y profundidades. -Fomenta la crítica y la autocrítica mediante la observación y análisis de sus propios trabajos.	-ctrla movimientos corporales en alturas. -define formas concretas para saltar de manera eficiente. -experimenta lanzamientos de bastón y de pelota.	-Camina, trota, corre, adelante, atrás, a los lados; con cambios de velocidad permanentes -Realiza carreras y saltos consecutivos e intercalados sobre distancias cortas medias y largas -Caminando a una señal da un salto hacia delante y continua caminando -Realiza saltos libremente tomando impulso -Por parejas saltar tomados de la mano sin y con carrera de impulso -Lanzar una pelota a un blanco con carrera de impulso -Por parejas un compañero sostiene el aro y el otro trata de pasar la pelota por dentro del mismo AMBIENTE DE APRENDIZAJE: campo deportivo TRANSNVERZALIZACION: Lanzar, correr	-caminar correr atrás, a con ca velocida perman -camin señal c hacia continua camina -realiza libremente solo im -lanzar vertical pelota y coger giros, sentars etc.
<b>EXPRESION RITMICA E INICIACION A LA DANZA.</b>  I.H.: 25 Horas	Despierta interés por la danza sobre todo la folclórica y participa de las actividades socioculturales que organiza la institución.	-expresión rítmica. -El sanjuanero. -otras danzas.	-Mejora la expresión rítmica a través de la danza. -Practica el baile del San Juanero como danza autóctona de la región.	-crea movimientos típicos del baile el sanjuanero. -estimula su actividad corporal y expresión corporal y la percepción auditiva frente a melodías rítmicas variadas.	-Ejecuta libremente movimiento de todas y cada una de las partes del cuerpo al compas de una melodía -Saltar consecutivamente, a la vez que se juntan y separan piernas y brazos -Cear variantes AMBIENTE DE APRENDIZAJE: campo deportivo TRANSNVERZALIZACION: Correr, bailar	Demue habilita destreza baile sanjuan -aprend pasos sanjuan huilens -baila sanjuan -demue por da ritmos del país



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad

ambiental.

#### GRADO CUARTO



MODULOS	COMPETENCIAS	CONTENIDOS	DESEMPEÑOS DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<b>EXPRESIONES BASICAS SOBRE EL TRIATION</b>  I.H.: 20 Horas	<p>Crear una actitud positiva y favorable del deporte permitiendo que todos los niños jueguen, se diviertan, participen y puedan expresarse durante las clases y en otras actividades competitivas lúdicas dentro de su entorno escolar y socio-cultural.</p>	<p>-persecución por grupo. -relevo simple. -velocidad en reacción. -competencias de velocidad. -lanzar a la ruta. -saltos acumulados en equipo. -saltar por los aros. -carreras saltos y lanzamientos.</p>	<p>-Realiza carreras, saltos y lanzamientos que le permiten vivenciar el triatlón escolar. -Fomenta la capacidad de análisis crítico mediante comentarios a la actividad práctica ejecutada por sus compañeros.</p>	<p>-demuestra buena sicomotricidad al correr. -reconoce en qué consiste los relevos en atletismo. Desarrolla su atención frente a determinadas señales. -desarrolla el espíritu competitivo.</p>	<p>JUEGOS PARA ESTA ACTIVIDAD: -Persecucion por grupos -Cambiar el circulo -Carreras de persecución -Relevos simples -Competencias de velocidad -Otros AMBIENTE DE APRENDIZAJE: campo deportivo TRASNVERZALIZACION: Lanzar, Perseguir, ganar</p>	<p>-participa en juegos de velocidad -participa en juego de bandera -ejecuta estandartes de diferentes posiciones físicas. -participa en carreras de 100 metros planos</p>
<b>EXPERIENCIAS GIMNASTICAS EN GRUPO</b>  I.H.: 20 Horas		<p>-Figuras estáticas y figuras de locomoción: -paradas de manos por parejas. -Equilibrio en el muslo. -el puente, el gato. -la torre, el gusano. -la rueda.</p>	<p>--Realiza experiencias gimnasticas en grupo que le permitan destacar la importancia de la colaboración. -Experimenta ejercicios de destrezas gimnasticas individuales y en grupo con elementos.</p>	<p>-adiestra su cuerpo para desarrollar trabajos de tipo gimnástico. -reconoce la importancia de trabajar en grupo. -demuestra capacidades de liderazgo.</p>	<p>-Un alumno ejecuta para de manos con ayuda de un compañero que lo sostiene tomándolo de los talones -Un niño acostado levanta el pie y el otro hace puente sobre el tomados de la mano -Por tríos realizan la figura el triangulo y el puente -Inovar otros. AMBIENTE DE APRENDIZAJE: campo deportivo TRASNVERZALIZACION: Lanzar, perseguir, ganar</p>	<p>-intenta las paradas de manos -realiza paradas de manos por parejas -establece equilibrio muscular con compañeros -lidera pirámides con compañeros</p>



<b>FORMAS Y JUGADAS DERIVADAS DEL BALONCESTO</b>  I.H.: 20 Horas	Experimentar prácticas dinámicas en forma de juegos derivados del baloncesto o de sus fundamentos constitutivos.	-formas jugadas sobre pases y lanzamientos. -formas jugadas sobre conducción y lanzamiento. -formas jugadas sobre pases y conducción. -formas y jugadas sobre lanzamientos y pases. -formas y jugadas sobre conducción, pases y lanzamientos.	-Desarrolla juegos colectivos derivados del baloncesto. -Argumenta porque los juegos derivados del baloncesto estimulan la colaboración y la autonomía personal. -Practica en forma positiva la disciplina del baloncesto.	-demuestras habilidades y destrezas para realizar pases y lanzamientos con balones. -muestra interés por ejecutar todos los pre deportivos del baloncesto.	-Libremente dribla un balón -Dribla el balón caminado por la cancha -Por parejas se desplazan realizando pases -Realiza lanzamientos en sostenido -Realiza lanzamientos de pecho -Se fundamenta sobre el reglamento del baloncesto <b>AMBIENTE DE APRENDIZAJE:</b> campo deportivo <b>TRANVERZALIZACION:</b> Lanzar, perseguir, ganar, driblar	-realiza lanzamientos en positivo -conduccion en forma ordenada balón -lanza y toca y rebota en la zona -juega baloncesto liderando equipo
<b>FORMAS Y JUGADAS DERIVADAS DEL VOLEIBOL</b>  I.H.: 20 Horas	Crear sensaciones de placer y gusto por las diferentes prácticas encaminadas al aprendizaje del juego del voleibol.	-formas jugadas sobre el saque. -juegos derivados sobre el voleo o golpe con dedos. -combinación saque antebrazo.	-Innova juegos derivados del voleibol. -Desarrolla habilidades básicas para pasar y golpear un balón con los brazos y dedos durante un juego derivado del voleibol.	-experimenta y crea múltiples juegos en donde se golpea la pelota con la mano en diferentes formas. -crea juegos en donde se golpee y se pase, el balón con la mano, palmas y dedos. -experimenta y crea juegos colectivos en donde se golpee y se pase la pelota con las manos, antebrazos y dedos.	-Golpea un balón con antebrazo -Golpe la pelota con antebrazo hacia arriba tratando de dar el mayor numero de golpes hacerlo primero con n brazo y luego con e otro -En circulo lanzar un balón hacia arriba golpearlo sin dejarlo caer al piso -Crear variables <b>AMBIENTE DE APRENDIZAJE:</b> campo deportivo <b>TRANVERZALIZACION:</b> Lanzar, perseguir, ganar, driblar	-individual lanza hacia a recepcion antebrazo dedos. -con u golpea pasándose mitad cancha -realiza recepcion flexion rodillas



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:** Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



## GRADO QUINTO

MODULOS	COMPETENCIAS	CONTENIDOS	DESEMPEÑOS DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE APRENDIZAJE	HERRAMIENTAS AMBIENTES Y DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<b>EXPERIENCIAS BASICAS SOBRE LA CARRERA DE RELEVOS Y OBSTACULOS.</b>  I.H.: 20 Horas	Desarrolla un conjunto de experiencias y juegos en carreras de relevos y carreras con obstáculos actividades en las cuales pone en juego su sicomotricidad adecuada.	-Actividades sugeridas. -Carreras por hileras. -Entregar en hileras. -Vuelta al campo con relevo. -Correr con soga. -Saltar obstáculos. -Crear variantes.	➤ Encuentra experiencias que le permiten vivenciar de varias formas las carreras de relevos y de obstáculos. ➤ Fomenta la capacidad de autoevaluación mediante el análisis de las tareas desarrolladas en clase.	-Desarrolla experiencias y juegos dinámicos. -Corre libremente en diferentes direcciones. -Disfruta del juego de relevos. -Salta diferentes obstáculos. -Coordina sus partes segmentadas en los saltos.	-Mediante juegos y tareas individuales los alumnos experimentan diversas formas de pasar obstáculos a diferentes alturas y efectuar relevos durante la carrera -identifica los errores mas notorios y frecuentes durante la ejecución de las carreras de relevos y obstáculos -Algunas actividades o juegos: Carrera por hileras, atrapar pelotas vuelta al campo por relevos <b>AMBIENTE DE APRENDIZAJE:</b> campo de futbol <b>TRANVERZALIZACION:</b> Lanzar , entregar, atrapar	-Realiza carreras relevos. -Corre haciendo corrección de movimiento -Participa en juego de banderas -Demuestra buenos movimientos en desarrollo de algunos predepor
<b>EXPERIENCIAS GIMNASTICAS INDIVIDUALES CON BASTON.</b>  I.H.: 20 Horas	Comprende que su cuerpo físicamente reúne condiciones para realizar actividades relacionadas con el mundo gimnástico entre ellas los KEEPS y trabajo con bastones.	-Contra KEEPS. -Destrezas gimnasticas con carácter colectivo con bastones. -KEEP de cabeza.	➤ Crea y desarrolla experiencias gimnasticas individuales y colectivas. ➤ Fomenta responsabilidad y la ayuda mutua durante la ejecución de actividades colectivas.	-Observa figuras del texto guía. -Experimenta realizar el ejercicio. -Relata la experiencia. -Realiza KEEP de cabeza protegiendo la misma.	-Realiza varias veces el rollo hacia atrás y hacia delante -Trata de realizar varias veces la vela logrando llevar los pies a lo mas alto posible -En tríos, dos niños frente a frente sostiene por los extremos un par de bastones; un tercer niño se suspende apoyado entre los dos bastones -Realiza el rollo con la ayuda de otro niño trata de pararse en la cabeza -Crea variantes <b>AMBIENTE DE APRENDIZAJE:</b> campo de futbol <b>TRANVERZALIZACION:</b> Lanzar , entregar, atrapar	-Intenta ejecutar KEEP cabeza. - Medianar desarrollo de KEEPS cabeza. -Participa en ejecución de traslados bastones -Crea formas traslados

<b>FUNDAMENTACIÓN DEL JUEGO DEL BALONCESTO</b>  I.H.: 20 Horas	Experimentar prácticas dinámicas en forma de juegos derivados del baloncesto o de sus fundamentos constitutivos.	-formas jugadas sobre pases y lanzamientos. -formas jugadas sobre conducción y lanzamiento. -formas jugadas sobre pases y conducción. -formas y jugadas sobre lanzamientos y pases. -formas y jugadas sobre conducción, pases y lanzamientos.	➤ Tiene dominancia con ambas manos al driblar el balón alternamente. ➤ Realiza positivamente el lanzamiento en sostenido. ➤ Se desmarca fácilmente del jugador contrario. ➤ Demuestra en forma práctica el conocimiento del reglamento del baloncesto.	-demuestras habilidades y destrezas para realizar pases y lanzamientos con balones. -muestra interés por ejecutar todos los pre deportivos del baloncesto.	-Libremente dribla un balón -Dribla el balón caminado por la cancha -Por parejas se desplazan realizando pases -Realiza lanzamientos en sostenido -Realiza lanzamientos de pecho -Se fundamenta sobre el reglamento del baloncesto <b>AMBIENTE DE APRENDIZAJE:</b> campo deportivo <b>TRASNVERZALIZACION:</b> Lanzar, perseguir, ganar, driblar	-realiza pases y lanzamientos en forma positiva. -conduce el balón en forma ordenada -balón -balances -lanza el balón y toca el balón en zona. -juega balones liderando equipo.
<b>FUNDAMENTACION DEL JUEGO DEL VOLEIBOL</b>  I.H.: 20 Horas	Crear sensaciones de placer y gusto por las diferentes prácticas encaminadas al aprendizaje del juego del voleibol.	-Formas jugadas sobre el saque. -Formas jugadas sobre el pase y antebrazo. -Formas derivadas del voleo o golpe con dedos. -Combinación Saque-Antebrazo-Voleo.	➤ Ejecuta servicios que le permiten hacer llegar el balón al campo contrario. ➤ Realiza recepciones con dedos y antebrazo. ➤ Demuestra principios de socialización y liderazgo en el desarrollo del juego. Pasando el balón.	-Disfruta el juego del Voleibol. -Desarrolla habilidades y destrezas para este juego. -Comprende esquemas para jugar Voleibol. -Establece sentido de competencia.	Golpea un balón con antebrazo -Golpe la pelota con antebrazo hacia arriba tratando de dar el mayor numero de golpes hacerlo primero con n brazo y luego con e otro -En circulo lanzar un balón hacia arriba golpearlo sin dejarlo caer al piso -crear variables <b>AMBIENTE DE APRENDIZAJE:</b> campo deportivo <b>TRASNVERZALIZACION:</b> Lanzar, perseguir, ganar, driblar	-Golpea un balón con una mano -Recepciones con brazos antebrazos y balón. -Realiza normalmente el saque -servi-cio. -Recepciones balón con dedos.



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:** Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



**MODULO: EDUCACION FISICA GRADO SEXTO**

MODULO	ELEMENTOS DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACION	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
N° 1 Patrones de locomoción  I.H.: 20 Horas	Mejorar las capacidades físicas como base para el desarrollo integral del individuo.	Analizo la situación social para identificar alternativas de acción o solución.	Aplica las cualidades motrices en situaciones de juego.	Desarrolla movimientos coordinados en actividades de juego individual y grupal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar desplazamientos a diferentes ritmos.</li> <li>-Realizar paso de marcha.</li> <li>-Realizar saltos con soga por parejas y en grupos de diferentes maneras o formas de acuerdo a una pauta dada.</li> <li>-Ejecutar saltos relacionados con el baloncesto, el futbol, el atletismo y el voleibol.</li> <li>-Realizar juegos y/o competencias que incorporen carreras y saltos.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Actividad lúdica.</li> </ul> <p>Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de futbol, cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Reír, Cantar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Caminar.</li> <li>❖ Correr.</li> <li>❖ Saltar.</li> <li>❖ Rodar.</li> <li>❖ Trepar.</li> </ul>
N° 2 Patrones de manipulación  I.H.: 20 Horas		Identifico los cambios culturales requeridos en un grupo, grupos o comunidad.	Asocia y realiza ejercicios de manipulación aplicado a fundamentos deportivos.	Realiza los patrones básicos de manipulación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Realizar saltos y carreras asociados a patrones de manipulación.</li> <li>-Practicar juegos de pasar y recibir de diferentes formas balones y objetos, etc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Lanzar.</li> <li>❖ Pasar.</li> <li>❖ Recibir.</li> <li>❖ Golpear.</li> <li>❖ Empujar.</li> <li>❖ Rebotar o driblar.</li> <li>❖ Patear.</li> </ul>

					<p>-Realizar juegos de lanzar diferentes balones y objetos.</p> <p>-Realizar juegos de golpear y patear, balones y diferentes implementos.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de fútbol, cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Lanzar, jugar.</p>	
<p>N° 3 Patrones de equilibrio</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>		<p>Utilizo con responsabilidad y adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición.</p>	<p>Conserva su equilibrio con la ejecución del movimiento.</p>	<p>Realiza diferentes giros y posiciones invertidas.</p>	<p>-Realizar posiciones invertidas utilizando diferentes apoyos tales como: Manos, cabeza, etc.</p> <p>-Realizar posiciones invertidas con apoyo o ayudas.</p> <p>-Realizar carreras con detenciones, cambios de ritmo y dirección.</p> <p>-Realizar fintas o amagues.</p> <p>-Realizar giros con o sin desplazamiento.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de fútbol, cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Caminar, correr.</p>	<p>❖ Giros con o sin desplazamientos.</p> <p>❖ Giros con diferentes ángulos de rotación.</p> <p>❖ Variando base de sustentación y superficies de contacto.</p> <p>❖ Relacionados con la danza folclórica y moderna.</p> <p>❖ Posiciones invertidas variando puntos de apoyo (manos, cabeza, nuca, combinaciones).</p> <p>❖ Posiciones invertidas asociadas a la formación de figuras por grupos.</p>

<p>N° 4 Natación</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>		<p>Participo en actividades y campañas de conservación del medio ambiente.</p>	<p>Desarrolla habilidades y destrezas motoras a partir de la práctica de la natación.</p>	<p>Ejecuta la técnica del estilo libre, coordina, brazada, patada y respiración.</p>	<p>-Realizar juegos de adaptación en a piscina. -realizar movimientos básicos de la natación: flotar en diferentes formas, deslizarse, sumergirse, lanzarse de pie, de cabeza, etc. -Realizar técnica del estilo libre: Patada, brazada, respiración salida.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Piscina estadero La Floresta, Quebrada El Guadual. Escribir, leer y traducir en inglés: piscina, río.</p>	<p>❖ Aspectos reglamentarios para el uso de la piscina y práctica de la natación.</p> <p>❖ Elementos técnicos básicos de la natación: deslizarse, flotar, sumergirse, respirar.</p> <p>❖ El estilo libre patada, brazada, respiración.</p> <p>❖ Conocimiento y análisis de la ley de piscina.</p>
--	--	--	---	--	--	---



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



**MODULO: EDUCACION FISICA GRADO SEPTIMO**

MODULO	ELEMENTOS DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACION	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
<p>Nº 1</p> <p>Locomoción y movimiento culturalmente determinados.</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>	<p>Afianzar las categorías de movimientos para articularlas a los fundamentos básicos del deporte, la danza, la expresión rítmica y otras manifestaciones culturalmente determinadas.</p>	<p>Sustento y argumento la elección de la alternativa más conveniente.</p>	<p>Se mueve coordinadamente asociando los diferentes patrones de movimientos.</p>	<p>Alcanza un mejor nivel en la ejecución de los patrones básicos de movimientos (locomoción, manipulación, equilibrio.)</p>	<p>-Realizar desplazamientos a diferentes ritmos.</p> <p>-Repasar paso de marcha.</p> <p>-Realizar saltos con soga por parejas y en grupos de diferentes maneras o formas de acuerdo a una pauta dada.</p> <p>-Ejecutar saltos relacionados con el baloncesto, el futbol, el atletismo y el voleibol.</p> <p>-Realizar juegos y/o competencias que incorporen carreras y saltos.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de futbol, cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Caminar, correr.</p>	<p>❖ Marchar.</p> <p>❖ Correr.</p> <p>❖ Saltar.</p> <p>❖ Planeo, organizo y presupuesto una actividad lúdica - emprendimiento.</p>
<p>Nº 2</p> <p>Manipulación y destrezas básicas.</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>		<p>Respeto y comprendo los puntos de vista de los otros aunque este en desacuerdo con ellos.</p>	<p>Desarrolla movimientos reconociendo sus esquemas corporales mediante juegos predeportivos.</p>	<p>Realiza movimientos coordinados en actividades de juegos individual y grupal.</p>	<p>-Realizar saltos y carreras asociados a patrones de manipulación.</p> <p>-Practicar juegos de pasar y recibir de diferentes</p>	<p>❖ Pasar y recibir.</p> <p>❖ Pasar.</p> <p>❖ Conducir.</p> <p>❖ Golpear.</p>

					formas balones y objetos, etc. -Realizar juegos de lanzar diferentes balones y objetos. -Realizar juegos de golpear y patear, balones y diferentes implementos.  ❖ Actividad lúdica.  Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de futbol, cancha múltiple.  Escribir, leer y traducir en inglés: Tregar, saltar.	
N° 3 El equilibrio y su articulación a fundamentos técnicos básicos.  I.H.: 20 Horas			Realiza movimientos armónicos.	Ejecuta movimientos de manera coordinada y asocia los patrones de movimientos a fundamentos deportivos.	-Realizar posiciones invertidas utilizando diferentes apoyos tales como: Manos, cabeza, etc. -Realizar posiciones invertidas con apoyo o ayudas. -Realizar carreras con detenciones, cambios de ritmo y dirección. -Realizar fintas o amagues. -Realizar giros con o sin desplazamiento.  ❖ Actividad lúdica.  Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de futbol, cancha múltiple.  Escribir, leer y traducir en inglés: Tocar, pegar.	❖ Fintas, amagues, detenciones, cambios de dirección. ❖ Posiciones invertidas.



<p>EJE CURRICULAR N° 4</p> <p>Natación</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>		<p>Utilizo con responsabilidad y adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición. Mantengo una actitud positiva frente a las acciones correctivas para la preservación de los recursos ambientales.</p>	<p>Desarrolla movimientos y desplazamientos en la piscina.</p>	<p>Ejecuta la técnica del estilo seleccionado (espalda, pecho, mariposa)</p>	<p>-Realizar juegos de adaptación en la piscina. -Repasar técnica del estilo libre: Patada, brazada, respiración, salida, etc. -Practicar lanzamiento de cabeza. -Realizar técnica de estilo espalda: Patada, brazada, salida. -Realizar técnica de estilo pecho: Patada, brazada, respiración, salida. -Realizar técnica del estilo mariposa: Patada, brazada, respiración, salida.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Piscina estadero La Floresta, Quebrada El Guadual. Escribir, leer y traducir en inglés: Nadar, flotar.</p>	<p>❖ Estilo libre: patada, brazada, respiración. ❖ Estilo espalda: patada, brazada, respiración. ❖ Estilo pecho: patada, brazada, respiración.</p> <p>❖ Lúdica, creatividad y emprendimiento.</p>
--	--	--	--	--	---	---



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



# **MODULO: EDUCACION FISICA GRADO OCTAVO**

MODULO	ELEMENTOS DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACION	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
N° 1 Fundamentos técnicos del baloncesto 1.  I.H.: 20 Horas	Identificar y ejecutar los fundamentos técnicos básicos de los deportes individuales y colectivos seleccionados.	Defino un plan de acción para poner en marcha la alternativa elegida.  Busco formas de resolver los conflictos que enfrento en mi entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio).	Describe los fundamentos técnicos del baloncesto.	Ejecuta los fundamentos técnicos del baloncesto.	-Conocer la historia del baloncesto. -Identificar y conocer la cancha de juego y sus respectivas áreas y/o zonas. -Identificar y aplicar reglas básicas del baloncesto. -Apropiar los fundamentos técnicos del baloncesto. -Practicar el baloncesto como medio de integración grupal y acondicionamiento físico.  ❖ Actividad lúdica.  Ambientes de aprendizaje: Cancha múltiple.  Escribir, leer y traducir en inglés: Cancha, balón, jugar.	❖ Reseña histórica, conceptualización, reglamento. ❖ El dribling. ❖ Pases. ❖ Lanzamiento. ❖ Entradas. ❖ Combinaciones. ❖ Aplicación de principios. ❖ Juego aplicativo.
N° 2 Fundamentos técnicos del voleibol 1.  I.H.: 20 Horas		Asumo las consecuencias de mis propias acciones.	Describe los fundamentos técnicos básicos de los deportes culturalmente determinados.	Ejecuta los fundamentos técnicos del voleibol.	-Conocer la historia del voleibol. - Identificar y conocer la cancha de juego y sus respectivas áreas y/o zonas. -Identificar y aplicar reglas básicas del voleibol.	❖ Reseña histórica, conceptualización y reglamento. ❖ Ambientación y adaptación. ❖ Posiciones básicas para pasar y recibir.(volea). ❖ Recepción. ❖ Servicio. ❖ Formas jugadas del voleibol.

					<p>-Apropiar los fundamentos técnicos del voleibol.</p> <p>-Practicar el voleibol como medio de integración grupal y acondicionamiento físico.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Correr, caminar.</p>	<p>❖ Planeo, organizo y presupuesto una actividad lúdica - emprendimiento.</p>
<p>N° 3 Fundamentos técnicos del fútbol y el microfútbol 1.</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>		<p>Reconozco los problemas que surgen respecto a los diferentes usos que se les da a los recursos naturales en los diferentes contextos.</p>	<p>Describe los fundamentos técnicos básicos de los deportes culturalmente determinados.</p>	<p>Ejecuta los fundamentos técnicos del fútbol y el microfútbol.</p>	<p>-Conocer la historia del futbol y el microfútbol.</p> <p>- Identificar y conocer la cancha de juego y sus respectivas áreas y/o zonas.</p> <p>-Identificar y aplicar reglas básicas del futbol y microfútbol.</p> <p>-Apropiar los fundamentos técnicos del futbol y microfútbol.</p> <p>-Practicar el futbol y microfútbol como medios de integración grupal y acondicionamiento físico.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Cancha múltiple, cancha de futbol.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Saltar, rematar.</p>	<p>❖ Adaptación y ambientación.</p> <p>❖ Reseña histórica.</p> <p>❖ Conducción y dribling.</p> <p>❖ Pase y remate.</p> <p>❖ Dominio de balón.</p> <p>❖ Maniobras técnicas.</p> <p>❖ Trabajo para arquero.</p> <p>❖ Juego aplicativo.</p>

<p>N° 4 Fundamentos técnicos del atletismo 1.</p> <p>I.H.: 20 Horas</p>			<p>Describe los fundamentos técnicos de los deportes culturalmente determinados.</p>	<p>Ejecuta los fundamentos técnicos del atletismo en las diferentes pruebas seleccionadas.</p>	<p>-Conocer la historia del atletismo. -Conocer y practicar diferentes tipos de salida; salida alta, salida baja. -Conocer tipos de pruebas existentes tales como: Carreras, saltos, lanzamientos. -Identificar y aplicar reglas básicas para cada una de las pruebas seleccionadas. -Practicar el atletismo como medio de acondicionamiento físico e integración.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Cancha de futbol, Cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Correr, Saltar, Lanzar.</p>	<p>❖ Ambientación y adaptación. ❖ Reseña histórica. ❖ Destrezas básicas. ❖ Carreras de velocidad. ❖ Carreras de fondo y gran fondo. ❖ Saltos. ❖ Lanzamientos.</p>
---	--	--	--	--	---	---



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



### MODULO: EDUCACION FISICA GRADO NOVENO

MODULO	ELEMENTOS DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACION	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
N° 1 Fundamentos técnicos del atletismo 2.  I.H.: 20 Horas	Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos básicos de las diferentes disciplinas de la cultura física elegidas como medio de formación integral.	Evalúo la implementación de las acciones definidas.	Describe los fundamentos técnicos básicos de los deportes culturalmente determinados.	Ejecuta los fundamentos técnicos del atletismo en las diferentes pruebas seleccionadas; carreras, saltos y lanzamientos.	-Conocer la historia del atletismo. -Conocer y practicar diferentes tipos de salida; salida alta, salida baja. -Conocer tipos de pruebas existentes tales como: Carreras, saltos, lanzamientos. -Identificar y aplicar reglas básicas para cada una de las pruebas seleccionadas. -Practicar el atletismo como medio de acondicionamiento físico e integración.  ❖ Actividad lúdica.  Ambientes de aprendizaje: Cancha de futbol, Cancha múltiple.  Escribir, leer y traducir en inglés: Correr, Saltar, Lanzar.	❖ Ambientación y adaptación. ❖ Destrezas básicas. ❖ Carreras de velocidad. ❖ Carreras de fondo y gran fondo. ❖ Saltos. ❖ Lanzamientos.
N° 2 Fundamentos técnicos del baloncesto 2.  I.H.: 25 Horas		Busco formas de resolver los conflictos que enfrento en mi entorno cercano (mi casa, mi barrio, mi colegio).	Describe los fundamentos técnicos básicos de los deportes culturalmente determinados.	Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos del baloncesto.	-Realizar ejercicios que permitan mejorar el estado físico y la salud. -Practicar posición básica de defensa. -Realizar ejercicios de habilidad en torno	❖ Reseña histórica, conceptualización, reglamento. ❖ El dribling. ❖ Pases. ❖ Lanzamiento. ❖ Entradas. ❖ Combinaciones. ❖ Aplicación de principios.

					<p>a la práctica del baloncesto, -Identificar y aplicar las reglas básicas del baloncesto. -Realizar drible de balón. -Realizar pases en las formas vistas. -Realizar lanzamientos de balón. -Identificar y aplicar las reglas básicas del baloncesto.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Cancha múltiple y zona de campamento.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Lanzar, pasar o entregar.</p>	❖ Juego aplicativo.
<p>N° 3 Fundamentos técnicos del voleibol 2.</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>		Identifico los comportamientos apropiados para cada situación.	Describe los fundamentos técnicos básicos de los deportes culturalmente determinados.	Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos del voleibol.	<p>-Analizar la importancia del voleibol. -Practicar posición básica. -Desarrollar la técnica de la volea. -Realizar ejercicios para la resección del balón mediante antebrazo. -Practicar combinaciones antebrazo volea. -Practicar el saque o servicio en sus diferentes formas. -Conocer la rotación de los jugadores en la cancha. -Practicar el voleibol como medio de integración grupal y acondicionamiento físico.</p>	<p>❖ Reseña histórica, conceptualización y reglamento. ❖ Ambientación y adaptación. ❖ Recepción. ❖ Volea. ❖ Servicio. ❖ Formas jugadas del voleibol.</p>

					-Identificar y aplicar las reglas.  ❖ Actividad lúdica.  Ambientes de aprendizaje: Cancha múltiple y parque bosque.  Escribir, leer y traducir en inglés: Rematar o pegar, saltar.	
N° 4 Fundamentos técnicos del fútbol y el microfútbol 2.  I.H.: 20 Horas		Actúo siguiendo los procedimientos establecidos para el uso y preservación de los recursos ambientales.	Describe los fundamentos técnicos del fútbol y el fútsala.	Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos del fútbol y el microfútbol.	-Conocer y aplicar las normas generales del futbol y microfútbol. -Desarrollar los fundamentos técnicos del futbol: Pase, conducción y dribling, remate, dominio de balón, otras maniobras técnicas. -Realizar ejercicios de destreza y habilidad que permitan mejorar su desempeño en torno a la práctica del futbol y microfútbol.  ❖ Actividad lúdica.  Ambientes de aprendizaje: Cancha de futbol, cancha múltiple, zona de campamento.  Escribir, leer y traducir en inglés: Rematar, pasar.	❖ Adaptación y ambientación. ❖ Conducción y dribling. ❖ Pase y remate. ❖ Dominio de balón. ❖ Maniobras técnicas. ❖ Trabajo para arquero. ❖ Juego aplicativo.



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



## MODULO: EDUCACION FISICA GRADO DECIMO

MODULO	ELEMENTOS DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACION	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
<p>Nº 1</p> <p>Fundamentos básicos sobre organización deportiva.</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>	<p>Proporcionar al estudiante conocimientos y vivencias de la organización deportiva y la recreación.</p>	<p>Reoriento las acciones en caso de que el resultado no sea satisfactorio.</p>	<p>Aplica los conceptos básicos sobre organización deportiva.</p>	<p>Aplica los conceptos básicos de la organización deportiva en el desarrollo de actividades deportivas, culturales y recreativas.</p>	<p>-Analizar estructura del deporte colombiano.</p> <p>-Conocer y analizar la ley del deporte colombiano.</p> <p>-Aplicar aspectos teóricos de la organización deportiva en el desarrollo de una actividad cultural, deportiva y/o recreativa.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Aula de clase, Cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Jugar, Cantar, Bailar.</p>	<p>❖ Fundamentos básicos sobre organización y administración.</p> <p>❖ La ley del deporte colombiano.</p> <p>❖ Estructura de campeonato intramurales.</p> <p>❖ Sistema de competencia.</p> <p>❖ Registros estadísticos.</p> <p>❖ Planillaje y arbitraje.</p> <p>❖ Sistemas tácticos de juego.</p> <p>❖ Análisis de reglamento.</p> <p>❖ Planeo, organico y presupuesto una actividad lúdica - emprendimiento.</p>
<p>Nº 2</p> <p>Elementos básicos sobre reglamentación, táctica o estrategias de juego de deportes individuales y colectivos seleccionados.</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>		<p>Establezco los intereses comunes y los que presentan diferente posición de los miembros de un grupo o comunidad.</p> <p>Cuido y manejo los recursos y bienes ajenos</p>	<p>Desarrolla y aplica los fundamentos técnicos y reglamentarios de deportes seleccionados.</p>	<p>Conoce y analiza críticamente el reglamento, estrategias o tácticas de juego.</p>	<p>-Repasar fundamentos técnicos de los deportes colectivos: Futbol, baloncesto, voleibol y micro futbol.</p> <p>-Conocer y analizar algunos sistemas tácticos de juego.</p> <p>-Apropiar reglamento de</p>	<p>❖ Fundamentos técnicos básicos.</p> <p>❖ Sistemas tácticos y estrategias elementales.</p> <p>❖ Análisis de reglamento.</p> <p>❖ Organización de mini torneos.</p>



		siguiendo normas y disposiciones definidas.			<p>juego de los deportes seleccionados.</p> <p>-Desarrollar a nivel de curso mini torneos de los deportes seleccionados.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Cancha de futbol, cancha múltiple, aula de clase, etc. Escribir, leer y traducir en inglés: Compartir, estrategia, normas.</p>	
<p>Nº 3 Fundamentos básicos sobre recreación dirigida.</p> <p>I.H.: 30 Horas</p>		Identifico prácticas adecuadas para el uso y preservación de los recursos ambientales.	Desarrolla y diferencia actividades de tipo lúdico, recreativo y deportivo, etc.	Maneja los aspectos teóricos de la recreación.	<p>-Apropiar conceptos de juego y recreación.</p> <p>-Analizar los logros de la lúdica y la recreación en los diferentes campos de acción: Ambiental, terapéutico, comunitario, laboral y pedagógico.</p> <p>-Realizar y clasificar juegos según su finalidad.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Aula de clase, cancha múltiple, zona de campamento y cancha de futbol.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Recreación, lúdica y deporte.</p> <p>Realizar juegos de agilidad mental y concentración.</p>	<p>❖ Generalidades.</p> <p>❖ El juego.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tipos de juego según su finalidad.</li> </ul> <p>❖ Actividades culturales.</p> <p>❖ Tipos de recreación.</p> <p>❖ Pedagogía de la lúdica.</p> <p>❖ La lúdica desde nuestros propios juegos.</p>



**OBJETIVO DEL AREA:** Contribuir al desarrollo lúdico motriz, expresivo corporal y axiológico de los estudiantes.

**COMPETENCIAS: INTELECTUALES:** Solución de problemas y toma de decisiones. **INTERPERSONALES:**

Liderazgo y Trabajo en Equipo. **PERSONALES:** Orientación ética. **ORGANIZACIONAL:** responsabilidad ambiental.



# **MODULO: EDUCACION FISICA GRADO ONCE**

MODULO	ELEMENTOS DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACION	HERRAMIENTAS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS
<p>N° 1</p> <p>Planificación y organización de eventos culturales deportivos y recreativos.</p> <p>I.H.: 30 Horas</p>	<p>Aplicar aspectos relacionados con la organización deportiva como medio de integración social y proyección comunitaria.</p>	<p>Evalúo los resultados finales de la decisión.</p> <p>Identifico alternativas para manejar y resolver los conflictos.</p>	<p>Planifico y administro de manera concertada proyectos culturales, deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario.</p>	<p>Organiza y desarrolla un evento cultural, deportivo o recreativo teniendo en cuenta los aspectos de la organización deportiva.</p>	<p>-Planificar, organizar y ejecutar campeonato de microfútbol.</p> <p>-Elaborar planillas de inscripción, planillas de juego.</p> <p>-Organizar tabla de posiciones, goleador, valla menos vencida.</p> <p>-Realizar juzgamiento de partido.</p> <p>-Apropiar reglamento de micro fútbol.</p> <p>❖ Actividad lúdica.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Aula de clase, cancha múltiple.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Deporte y recreación.</p>	<p>❖ Organización y desarrollo de un evento cultural o recreativo.</p> <p>❖ Educación para la paz: tolerancia, aceptación del otro, respeto por las reglas.</p> <p>❖ Lúdica, creatividad y emprendimiento.</p>
<p>N° 2</p> <p>Preparación física de base.</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>	<p>Analizar la importancia de la actividad física en la salud.</p>	<p>No comparto actuaciones de otras personas que estén por fuera de las normas.</p>	<p>Realiza actividades de preparación física a nivel individual y colectivo.</p>	<p>Realiza su propio plan de mejoramiento y preparación física.</p>	<p>-Realizar test de Cooper.</p> <p>-Practicar toma de frecuencia cardiaca.</p> <p>-Organizar y realizar actividades de mejoramiento físico.</p>	<p>❖ Conceptualización sobre la preparación física de base.</p> <p>❖ Objetivos de la preparación.</p> <p>❖ Cualidades físicas, posibilidades, limitaciones, medios de la preparación física.</p>

					<p>-Realizar valoración antropométrica. -Elaborar plan de preparación física personal.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Cancha múltiple, Cancha de futbol.</p> <p>Realizar juegos de agilidad mental y concentración.</p> <p>Escribir, leer y traducir en inglés: Fuerza, velocidad, resistencia.</p>	❖ Test de condición física.
<p>N° 3 Campamento</p> <p>I.H.: 25 Horas</p>	Implementar el campamento como actividad de interacción con el medio natural.	Evalúo el impacto y las acciones realizadas en la conservación de los recursos naturales.	Planea, organiza y desarrolla actividades propias del campamento.	Planea, organiza y desarrolla actividades propias del campamento.	<p>-Conocer y analizar aspectos técnicos y organizativos del campamento tales como: definición del lugar, construcciones, equipo, etc. -Realizar reglamento de seguridad para el campamento. -Relacionar equipo requerido. -Planear el menú y presupuesto del campamento. -Planear actividades culturales, deportivas y/o recreativas.</p> <p>Ambientes de aprendizaje: Zona de campamento, cancha de futbol, parque bosque.</p> <p>Escribir leer y traducir en inglés: Campamento, fogata, naturaleza.</p>	<p>❖ Conducta de entrada.</p> <p>❖ Objetivos.</p> <p>❖ Equipo requerido.</p> <p>❖ Medidas de seguridad.</p> <p>❖ Actividades.</p> <p>❖ Construcciones.</p> <p>❖ Menú.</p> <p>❖ Otras actividades.</p>

## **11. METODOLOGÍA**

### **EL CÓMO EN LA EDUCACIÓN FÍSICA. UNA HERRAMIENTA PEDAGÓGICA DE APROXIMACIÓN AL EDUCANDO.**

La pedagógica entendida como: “La ciencia encargada de estudiar e investigar sobre el fenómeno educativo a partir de un proceso de reflexión sistematizado en que permita la generación de conocimiento autónomo.

Abordar el proceso formativo de los estudiantes desde la clase de Educación – Física, nos compromete en la búsqueda, revisión, selección y aplicación de metodologías que permitan el desarrollo de las actividades previstas en respuesta a las necesidades e intereses de los educandos; necesidades sicomotoras, lúdica, socio-afectivas, cognitivas etc.

El planteamiento aquí expuesto es coherente con el concepto de Educación – Física del MEN presentado en la Ley General de Educación que hace referencia a un proceso permanente e integral.

Vista la clase de educación física desde nuestra institución y atendiendo al enfoque de enseñanza problémica de la misma, se desarrollan actividades para optimizar la integración entre teoría y práctica principalmente.

Una herramienta de la enseñanza problémica lo constituye “El proyecto de aula como mediación pedagógica de planificación didáctica en el salón de clases y factor de integración de saberes, que articulan los componentes curriculares y utiliza la investigación como un medio de indagación búsqueda y aprendizaje”.

El comprender a los jóvenes ha sido una de nuestras preocupaciones, generar ambientes y momentos agradables a él en procura de su sano esparcimiento y buena salud física y mental. Que el estudiante desee querer permanecer en su colegio porque le agrada, le complace es nuestro interés. Por lo anterior es necesario que los docentes adoptemos “la lúdica como una actitud nuestra es un intento de caracterizar la posibilidad anímica que el profesor interesado en la innovación educativa y en la formación humana, necesita poner en juego”.

La metodología de trabajo en educación física además de lo anteriormente expuesto debe tener en cuenta ciertos principios didácticos generales que en lo práctico han sido de gran utilidad, como: La motivación del estudiante; que estos actúen conscientemente. La continuidad del proceso o gradación para alcanzar la competencia prevista. La elevación gradual de las exigencias. La atención individual y colectiva de los estudiantes por parte del docente. El fomento de la creatividad. La socialización del estudiante motivando su integración y participación, la conciencia ecológica. La experiencia del estudiante a través de sus propias vivencias entre otros.

En la actividad lúdica, se hace uso del juego como un elemento fundamental que propicia el gozo y, al mismo tiempo, contribuye al aprendizaje; (Gómez, Molano, Rodríguez, 2015) pues como acción pedagógica implícita en el espacio y momento de aprendizaje entre docentes y estudiantes, debe utilizarse como una estrategia ligada al propósito de afianzar en niños y jóvenes el interés por el saber, la adquisición de hábitos para el estudio y para la vida, necesarios en el desarrollo o práctica de la investigación (praxis investigativa). Para hacer uso de la condición del hombre como ser lúdico, es importante la consolidación de la autonomía que esta le permite a partir del juego como acción libre; puesto que lúdica, a través del juego usado y

“Como finalidad, propicia en los estudiantes los desempeños autónomos en la toma de decisiones relacionadas con la diversidad de acciones, que presenta el juego en un contexto de incertidumbre. Esta forma de comprensión de la lúdica es fundamental en los procesos formativos de los estudiantes, en la medida en que dicho aprendizaje no se limita al campo de la escolaridad, sino que se proyecta a otros eventos de la vida cotidiana” (pág. 34. (Rodríguez, Pacón, Morales, Martín & Chinchilla. 2010).

Por lo anterior, el docente deberá tener en cuenta que el juego se constituye en la actividad fundamental para el niño y que, gracias a esa actividad, él consigue convertir la fantasía en realidad; a través del juego el niño encuentra una forma de expresión, una especie de lenguaje con que el niño exterioriza de una manera informal su personalidad. Por eso, el juego es esencial para que el niño se desarrolle física, psíquica y socialmente, ya que necesita jugar para tener placer, entretenerse y también para aprender y comprender el mundo, “El juego cobra inmediatamente sólida estructura como forma cultural. Una vez que se ha jugado, permanece en el recuerdo, como creación o como tesoro espiritual, es transmitido por tradición y puede ser repetido en cualquier momento...”.

Desde siempre, el juego ha desempeñado un papel importante en la escuela y contribuye efectivamente al desarrollo integral del infante; con el juego, el niño controla su propio cuerpo y coordina sus movimientos, organiza su pensamiento, explora el mundo que lo rodea, controla sus sentimientos y resuelve sus problemas emocionales; así es como se convierte en un ser social, asimila los valores de su entorno, y aprende a ocupar un lugar dentro de su comunidad.

“La actividad mental en el juego es continua y, por eso, el juego implica creación, recreación, imaginación, exploración y fantasía. El niño aprende a prestar atención a lo que está haciendo, a memorizar, a razonar, etc. A través del juego, su pensamiento se desarrolla hasta lograr ser conceptual, lógico y abstracto. Crespillo Álvarez, E. (2010, agosto-octubre). El juego como actividad de enseñanza-aprendizaje. GIBRALFARO.uma.es. Vol. 68.”.

## **12. RECURSOS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE**

La institución ha establecido cerca de 30 ambientes de aprendizaje intra y extramuro. Para el caso particular del área de educación física, los siguientes son los ambientes escogidos para el desarrollo de las clases al igual que las actividades lúdicas relacionadas con esta:

- Cancha de fútbol (1).
- Canchas múltiples (2).
- Piscinas fuera de la institución (2); estadero La Florida y Club Deportivo y Familiar Villa del Carmen.
- Sala de audiovisuales (1).
- Parque bosque.
- Zona de campamento.
- Aulas de clase.
- Aula múltiple.
- Biblioteca.
- Gimnasio (Aula dotada con equipo de pesas).

Implementos deportivos:

Al inicio de cada año lectivo se elabora el listado de materiales e implementos deportivos requeridos a continuación se relacionan:

- Balones para la práctica de baloncesto, fútbol, Voleibol y microfútbol.
- Sogas, aros y cuerdas largas.
- Pesas.
- Cronómetros.
- Testimonios.
- Pelotas plásticas de diferentes tamaños.
- Equipo de amplificación y sonido.
- Reglamentos de juego de los diferentes deportes.
- Colchonetas.

### 13. INTENSIDAD HORARIA

Se ha establecido la siguiente intensidad horaria:

GRADO	Número de horas semanales
Preescolar y primero	2
Segundo y tercero	2
Cuarto	2
Quinto	2
Sexto	2
Séptimo	2
Octavo	2
Noveno	2
Decimo	2
Undécimo	2

Se programan 20 horas para cada periodo para un total de ochenta (80) horas al año para cada grado.

## 14. EVALUACIÓN

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES - MEN.

La formación del estudiante asumida desde el área de educación física, en el ámbito educativo, no solo posibilita el desarrollo y fortalecimiento de competencias básicas; permite de igual manera el desarrollo y apropiación de competencias específicas, propias del área tales como: competencia motriz, competencia expresiva corporal y competencia axiológica corporal; dichas competencias las relacionamos de manera textual las cuales hemos sustraído del documento ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA elaborado por el Ministerio de Educación Nacional.

- **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 en los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades.
- **La competencia axiológica corporal**, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimiento 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.

Convencidos de la importancia que el juego representa como estrategia pedagógica para el desarrollo de la clase, es nuestro interés resaltar esta condición teniendo en cuenta para ello los referentes teóricos que el Ministerio de Educación nos proporciona.



La característica principal del juego es la de ser una acción libre y en condiciones de incertidumbre, de tal forma que este nunca se repite igual como quiera que el juego se desarrolló en acciones cambiantes, los estudiantes adquieren la competencia en la clase de estar en constante alerta para actuar en correspondencia con los cambios y las variantes que al respecto se puedan hacer. Es por esto que la creatividad constituye una exigencia permanente en el juego. “El juego contempla valores propios que se pueden proyectar a los demás escenarios de la vida cotidiana para hacer competentes a los sujetos en desarrollo. Al reconocer que la primera característica del juego es ante todo la de ser *acción libre*, lo lúdico trae como consecuencia la construcción de autonomía en los sujetos jugadores.

De acuerdo con ello, el desarrollo de la autonomía permitirá superar los conflictos por la vía del dialogo. La comprensión y el cumplimiento de acuerdos, y evitar así la agresión.

Desde estas perspectivas se argumenta la lúdica como componente de la competencia motriz en educación física, con la finalidad de propiciar en los estudiantes desempeños autónomos en la toma de decisiones relacionadas con la diversidad de acciones que representa el juego en un contexto de incertidumbre.

## **LA EVALUACIÓN EN EL ÁREA SEGÚN EL SISTEMA INSTITUCIONAL SIEE**

La evaluación se entiende como el proceso sistemático de recolección y análisis de la información, destinado a describir la realidad y emitir juicios de valor sobre su adecuación a un patrón o criterio de referencia establecido como base para la toma de decisiones.

Es una actividad dinámica, continua y sistemática, enfocada hacia los cambios de las conductas y rendimientos, mediante el cual verificamos las competencias adquiridas en función de un conjunto de procesos analizados de forma individual; para el caso específico de la institución educativa Núcleo escolar EL Guadual, con la evaluación se medirá el nivel de cumplimiento de una o varias competencias o desempeños de una asignatura o área en un periodo académico.

La valoración que se dará en la evaluación institucional se expresará en términos porcentuales por cada asignatura o área.

**CRITERIOS DE EVALUACION:** El sistema institucional de evaluación de los estudiantes se estructurará con base en los siguientes criterios:

- **CONTINUA:** Se realizará en forma permanente haciendo un seguimiento al estudiante, que permita observar el progreso y las dificultades que se presenten en su proceso de formación. En este proceso se deben implementar tres acciones de evaluación:

- 1.- Evaluación diagnóstica: para establecer los conocimientos previos del estudiante al iniciar un proceso de formación,
- 2.- Evaluación formativa: Aprendizajes logrados para identificar el nivel de desempeño frente a la competencia en una etapa del proceso de formación y
- 3.- Evaluación final: Evaluación acumulativa, mide la continuidad del proceso formativo.

- **INTEGRAL:** se tendrán en cuenta las dimensiones del desarrollo del estudiante, dentro del proceso de evaluación se asumirán los siguientes aspectos.

Actitudinal: evalúa el aspecto comportamental, la presentación personal, la implementación de valores, el respeto por el medio ambiente, la puntualidad, la disposición, sentido de pertenencia por la institución y regularidad en la asistencia a clases.

Participación y liderazgo: evalúa la participación en clase y demás actividades programadas; la motivación, la puntualidad y calidad en la entrega de talleres, informes y tareas.

Cognitivo: evalúa el nivel de apropiación de una competencia, el desempeño del estudiante, las habilidades, los saberes; mediante la utilización de diferentes instrumentos de evaluación, en este aspecto se podrán evaluar tres situaciones:

- 1.- El desempeño: Demuestra el saber hacer mediante un proceso.
2. El producto final: Calidad y cantidad en un tiempo determinado.
- 3.- El conocimiento: Descripción del proceso, mediante la utilización de un lenguaje técnico apropiado.

Con el propósito de garantizar la participación activa del estudiante, el docente y el grupo en el proceso evaluativo, se utilizarán las siguientes formas de evaluación, teniendo en cuenta los aspectos actitudinales, participación y liderazgo y el cognitivo:

- 1.- Autoevaluación: permite que el estudiante evalúe su propio desempeño, permite el autoconocimiento y la autorregulación.
2. Coevaluación: Permite la evaluación de los estudiantes entre si, de forma conjunta, monitoreados por el docente, facilita la retroalimentación, genera un clima de confianza y abre espacios a la crítica constructiva.

3.- Heteroevaluación: evaluación implementada de forma directa por el docente. Reconoce el aprendizaje del estudiante, se establece el respeto por la diferencia, se genera un contexto cercano al laboral, se debe utilizar para este proceso varios sistemas de evaluación.

- **SISTEMÁTICA:** Se realizará la evaluación teniendo en cuenta los principios pedagógicos y que guarde relación con los fines, objetivos de la educación, la visión y misión del plantel, los estándares de competencias de las diferentes áreas, los logros, indicadores de logro, lineamientos curriculares o estructura científica de las áreas, los contenidos, métodos y otros factores asociados al proceso de formación integral de los estudiantes.
- **ADAPTABLE:** se tendrán en cuenta los ritmos de desarrollo del estudiante en sus distintos aspectos de interés, capacidades, ritmos de aprendizaje, dificultades, limitaciones de tipo afectivo, familiar, nutricional, entorno social, físicas, discapacidad de cualquier índole, estilos propios, dando un manejo diferencial y especial según las problemáticas relevantes o diagnosticadas por profesionales. Los profesores identificarán las características personales de sus estudiantes en especial las destrezas, posibilidades y limitaciones, para darles un trato justo y equitativo en las evaluaciones de acuerdo con la problemática detectada, y en especial ofreciéndoles oportunidades para aprender del acierto, del error y de la experiencia de vida.
- **INTERPRETATIVA:** Se permitirá que los estudiantes comprendan el significado de los procesos y los resultados que obtienen, y junto con el docente, hagan reflexiones sobre los alcances y las fallas; para establecer correctivos pedagógicos que le permitan avanzar en su desarrollo de manera normal. Las evaluaciones y sus resultados serán tan claros en su intención e interpretación, que no lleven a conflictos de interés entre estudiantes contra profesores o viceversa.
- **PARTICIPATIVA:** se involucra en la evaluación al estudiante, docente, padre de familia y otras instancias que aporten buenos métodos en los que sean los estudiantes quienes desarrollen las clases, los trabajos en foros, mesa redonda, trabajo en grupo, debate, seminario, exposiciones, prácticas de campo y de taller, con el fin de que alcancen entre otras las competencias de analizar, interpretar y proponer, con la orientación y acompañamiento del docente.

- **FORMATIVA:** nos permite reorientar los procesos y metodologías educativas, cuando se presenten indicios de reprobación en alguna área, analizando las causas y buscando que lo aprendido en clase incida en el comportamiento y actitudes de los estudiantes en el salón, en la calle, en el hogar y en la comunidad en que se desenvuelve.
- **INCLUSIVA:** Debe atender a los parámetros y lineamientos del MEN en el marco de la educación inclusiva; este sistema de evaluación atenderá a la diversidad y particularidad de cada estudiante, a sus intereses, sus procesos cognitivos, ritmos de aprendizaje, formas de aprendizaje, inteligencias múltiples y sus necesidades individuales con respecto al entorno familiar, social y escolar.

Permitirá evaluar a todos los educandos con necesidades educativas especiales sin ninguna distinción; esta evaluación será flexible teniendo en cuenta la adaptación curricular que se haya hecho al plan de estudios al que debe acceder el estudiante con NEE. Con relación a los estándares y además las estrategias de evaluación se adaptarán en caso de inclusión de estudiantes con Limitación Visual y Auditiva.

**HETEROEVALUACIÓN:** Para el caso particular del área de educación física, recreación y deporte, la evaluación que realiza el docente tiene en cuenta los siguientes aspectos.

- Evaluación en cuanto a la forma; ésta puede ser individual o grupal.
- Evaluación teórica; corresponde a aspectos teóricos relacionados con la técnica, la táctica, reglamentos de juego, condición física, etc.
- Evaluación práctica; corresponde a aspectos relacionados con fundamentos técnicos, estrategias de juego, condición física, entre otros.
- Evaluación de la lúdica; se desarrollan diferentes tipos de actividades lúdicas (en la zona de campamento, en la piscina, en la cancha, etc).
- Evaluación diagnóstica; normalmente se realiza como conducta de entrada al comienzo de cada periodo y año lectivo.

## **DESEMPEÑOS EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

### **GRADO PRIMERO**

- Ejecuta movimientos con los miembros superiores.
- Realiza ejercicios de coordinación.
- Realiza ejercicios ya explicados.
- Organiza juegos con sus compañeros
- Desarrolla movimientos de tensión y relajación.
- Adopta diferentes posiciones para el desarrollo de movimientos.
- Desarrolla ejercicios aplicando destrezas gimnásticas.
- Realiza ejercicios de coordinación con diferentes ritmos.
- Ejecuta los pasos básicos de La Cumbia.

### **GRADO SEGUNDO**

- Ejecuta movimientos en diferentes direcciones.
- Aplica en una ronda movimientos laterales.
- Realiza saltos y lanzamientos.
- Demuestra su Resistencia en carreras y caminatas.
- Representa con tus compañeros algunas Rondas.
- Práctica algunos juegos tradicionales.
- Interpreta canciones conocidas teniendo en cuenta la entonación y la velocidad.
- Desarrolla ejercicios aplicando destrezas gimnásticas.
- Realiza ejercicios de coordinación con diferentes ritmos.
- Ejecuta los pasos básicos de La Cumbia.

### **GRADO TERCERO**

- Practica con gusto los juegos pre-deportivos.
- Reconoce normas para la sana competencia.
- Propone juegos de acuerdo a la clasificación dada.
- Realiza integraciones dentro de los juegos.
- Realiza ejercicios de ubicación y de desplazamientos.
- Utiliza los diversos elementos en la gimnasia.
- Reconoce los elementos básicos de la gimnasia.
- Realiza ejercicios de coordinación con diferentes ritmos.

- Ejecuta los pasos básicos del sanjuanero.

#### **GRADO CUARTO**

- Diferencia la relajación de la tensión en los músculos de su propio cuerpo.
- Relaja y tensiona los diferentes músculos de su cuerpo.
- Realiza lanzamiento de pelota en los tres niveles: baja, media y alta.
- Se desplaza transportando la pelota con facilidad por el campo.
- Realiza pasos correctos a una distancia determinada
- Toma en forma precisa la pelota en puntos indicados.
- Gusta de actividades dirigidas de manera individual y en grupo.
- Desarrolla ejercicios aplicando destrezas gimnásticas
- Participa activamente de los juegos dirigidos.
- Practica con gusto los juegos pre deportivos
- Realiza ejercicios de coordinación con diferentes ritmos.
- Ejecuta los pasos básicos del sanjuanero.

#### **GRADO QUINTO**

- Corre y salta con fluidez.
- Mantiene el control corporal en ejercicios y juegos.
- Adopta con facilidad diferentes posturas.
- Mantiene el control corporal.
- Realiza carreras en las tres posiciones baja, media y alta.
- Se desplaza con una buena velocidad de desplazamiento.
- Realiza carreras a una distancia determinada
- Gusta de actividades dirigidas de manera individual y en grupo.
- Participa activamente de los juegos dirigidos.
- Desarrolla ejercicios aplicando destrezas gimnásticas
- Practica con gusto los juegos pre deportivos.
- Realiza ejercicios de coordinación con diferentes ritmos.
- Ejecuta los pasos básicos del sanjuanero.
- Investiga temas relacionados con la educación física la recreación y el deporte.
- Reconoce la importancia del deporte como disciplina e identifica datos históricos de interés general

#### **GRADO SEXTO**

- Comprende los conceptos de las pruebas que miden su condición física y hace aplicación de ellas.
- Relaciona la práctica de la actividad física con los hábitos saludables.

- Comprende y practica la relación entre actividad física y recuperación en la realización de ejercicios físicos.
- Realiza secuencias de movimiento con duración y cadencias preestablecidas.
- Logra un nivel “maduro” en la ejecución de los patrones fundamentales de movimiento: locomoción, manipulación y equilibrio.
- Realiza movimientos armónicos en el juego y en la práctica deportiva.
- Realiza movimientos rítmicos y crea figuras coreográficas.
- Coordina patrones básicos de movimiento.
- Practica el deporte de su aceptación o preferencia.
- Disfruta del juego.
- Vivencia a través de la practica el estilo libre de natación.
- Ejecuta la técnica del estilo libre, coordina brazada, patada y respiración.
- Utiliza la zona de campamento y demás ambientes naturales para su recreación, contribuyendo a su conservación.
- Participa en eventos deportivos, culturales y/o recreativos que organiza la institución.

## **GRADO SEPTIMO**

- Alcanza un mejor nivel en la ejecución de los patrones básicos de movimiento (locomoción, manipulación, equilibrio.).
- Realiza movimientos coordinados en actividades de juego individual y grupal.
- Ajusta sus movimientos al movimiento de sus compañeros y al ritmo de la música.
- Identifica sus fortalezas y debilidades en la actividad física para lograr sus metas y conservar la salud.
- Comprende que la práctica física se refleja en su calidad de vida.
- Controla el movimiento en diversos espacios al desplazarse y manipular objetos.
- Perfecciona posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.
- Realiza ejercicios orientados por el profesor y crea otros y los lidera en el grupo.
- Relaciona y aplica conceptos y características de los patrones de movimiento en situaciones de juego.
- Practica el deporte de su aceptación o preferencia.
- Realiza movimientos rítmicos y crea figuras coreográficas.
- Comprende la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.
- Vivencia a través de la práctica de la natación los estilos libre, espalda, pecho y mariposa.
- Ejecuta la técnica del estilo seleccionado (espalda, pecho, mariposa.).
- Utiliza en forma adecuada la zona de campamento y demás ambientes naturales para su recreación, contribuyendo a su conservación.
- Participa en eventos culturales, deportivos y/o recreativos que organiza la institución.

## **GRADO OCTAVO**

- Ejecuta los fundamentos técnicos del baloncesto.
- Ejecuta los fundamentos técnicos del voleibol.
- Ejecuta los fundamentos técnicos del fútbol.
- Ejecuta los fundamentos técnicos del fútbol.
- Describe la técnica y conceptúa acerca de los deportes vistos en clase.
- Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.
- Comprende las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjuntos.
- Reconoce el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de su formación.
- Conoce y aplica el reglamento del deporte seleccionado (baloncesto, voleibol, fútbol, fútbol).
- Practica el deporte de su aceptación o preferencia.
- Participa en el desarrollo de actividades lúdicas en tiempo de ocio.
- Utiliza la zona de campamento y demás ambientes naturales para su recreación contribuyendo a su conservación.
- Participa en eventos culturales, deportivos y recreativos que organiza la institución.

## **GRADO NOVENO**

- Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos del baloncesto.
- Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos del fútbol.
- Identifica y ejecuta los fundamentos técnicos del voleibol.
- Identifica y ejecuta fundamentos técnicos del fútbol.
- Describe técnica y conceptualmente los deportes individuales y colectivos vistos en clase.
- Conoce y analiza críticamente estrategias o tácticas de juego.
- Aplica el reglamento de juego de los deportes individuales y colectivos vistos en clase.
- Crea figuras a través de ritmos folclóricos y modernos.
- Propone secuencias de movimiento con sus compañeros que se ajusten a la música.
- Realiza danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías.
- Participa en el desarrollo de actividades lúdicas con frecuencia.
- Demuestra interés por el ejercicio físico y deseos de trabajar.
- Utiliza la zona de campamento y demás ambientes naturales para su recreación y contribuye a su conservación y mejoramiento.
- Participa en eventos culturales, deportivos y/o recreativos que organiza la institución.

## **GRADO DECIMO**

- Maneja los aspectos teóricos de la recreación.



- Reconoce el juego como elemento lúdico-pedagógico, lo clasifica y organiza según su objetivo y características.
- Aplica los elementos teóricos de la organización deportiva en el desarrollo de actividades deportivas, recreativas y/o culturales.
- Aplica sistemas tácticos de juego en práctica voleibol.
- Aplica sistemas tácticos de juego en práctica de fútbol.
- Aplica sistemas tácticos de juego en práctica baloncesto.
- Aplica sistemas tácticos de juego en práctica fútbol.
- Elabora estrategias para hacer más eficiente el juego.
- Domina técnicas y tácticas de prácticas deportivas.
- Interpreta y aplica el reglamento de los deportes individuales y colectivos, vistos en clase.
- Maneja buenas relaciones en el contexto socio cultural y deportivo.
- Organiza festivales deportivos, culturales y recreativos.
- Participa en el desarrollo de actividades lúdicas con frecuencia.
- Realiza ejercicios físicos teniendo en cuenta su frecuencia cardiaca.
- Utiliza la zona de campamento y demás ambientes naturales para su recreación y contribuye a su conservación y mejoramiento.

## **GRADO UNDECIMO**

- Practica actividades físicas como medio de conservación y mejoramiento de la salud.
- Se interesa por mantener un buen estado físico y deportivo.
- Realiza su propio plan de preparación física.
- Lidera actividades culturales y deportivas para el aprovechamiento del tiempo de ocio y mejoramiento de la convivencia.
- Comprende la función del entrenamiento deportivo.
- Organiza y desarrolla un evento cultural, deportivo y recreativo, teniendo en cuenta aspectos de la organización deportiva.
- Planea, organiza y desarrolla actividades propias del campamento.
- Diligencia planillas de juego y arbitra partidos en el campeonato organizado por el curso.
- Rescata la práctica deportiva como medio de integración social y proyección comunitaria.
- Participa en el desarrollo de actividades lúdicas con frecuencia, practica el deporte de su aceptación o preferencia.
- Utiliza la zona de campamento y demás ambientes naturales para su recreación y contribuye a su conservación y mejoramiento.

## **15. PROYECTOS TRANSVERSALES**

### **GRADO PREESCOLAR:**

**ACTIVIDADES RECREATIVAS:** Rondas, títeres, cuentos, juegos de coordinación y ritmo.

Concursos, competencias: trabalenguas, adivinanzas.

Dramatizaciones: Juegos de roles, imitaciones.

Danzas y cantos.

Caminatas ecológicas.

Convivencias ecológicas.

### **GRADOS DE 1º A 5º:**

Dinámicas

Concursos y competencias.

Juegos de salón: juegos de roles, tangram.

Dramatizaciones.

Danzas y cantos.

Caminatas ecológicas.

Convivencias ecológicas.

Juegos de salón: loterías, damas chinas, parques, dominó, cartas, ajedrez.

Juegos en el aula.

Juegos populares: cucunumá, bolos.

Centros literarios.

Manualidades, origami.

Juegos electrónicos.

Juegos en la red.

### **GRADOS 6º A 11º:**

Dinámicas.

Concursos, competencias.

Juegos de roles.

Dramatizaciones.

Danzas, cantos.

Caminatas ecológicas.

Convivencias ecológicas.

Juegos de salón: loterías, parques, dominó.

Juegos en el aula: crucigramas, sopas de letras, loterías, juegos de habilidad y destreza mental.

Juegos populares:

Centros literarios:

Talleres de teatro:

## **ÁREAS**

### **Ciencias naturales y educación ambiental**

Caminatas ecológicas.

Convivencias ecológicas.

Juegos en el aula: crucigramas, sopas de letras, loterías, juegos de habilidad, de destreza mental y nemotecnia.

### **Ciencias sociales, historia, geografía, democracia y constitución política**

Dinámicas.

Concursos, competencias.

Juegos de roles.

Dramatizaciones.

Juegos de nemotecnia, de destreza mental.

### **Educación artística**

Práctica con instrumentos.

Talleres instrumentales.

Canto.

Composición musical.

Expresión rítmica.

Expresión corporal.

Karaoke.

Audición musical.

Apreciación musical.

### **Educación religiosa**

Dinámicas.

Concursos, competencias.

Juegos de roles.

Dramatizaciones.

### **Educación física, recreación y deporte**

Juegos escolares.

Juegos intercurso.

Práctica de juegos tradicionales.

Danzas folclóricas.

Karaoke.

## **Humanidades, lengua castellana e idioma**

Plan Lector al aire libre.

Centros literarios.

Juegos de roles.

Dramatizaciones.

Canto, composición musical

Talleres de creación literaria en ambientes naturales.

Expresión corporal.

Juegos virtuales de la red.

Utilización de redes sociales.

Karaoke.

## **Matemáticas**

Juegos de salón.

Juegos de habilidad mental.

Concursos y competencias.

Tangram.

Juegos de mesa.

## **Tecnología e informática.**

Juegos virtuales de la red.

Juegos electrónicos.

Utilización de redes sociales.

Karaoke.

## **Agrícola.**

Caminatas ecológicas.

Dinámicas

Concursos y competencias.

## **Pecuaría.**

Caminatas ecológicas.

Dinámicas

Concursos y competencias.

## **Educación ética y en valores humanos.**

Dinámicas

Concursos y competencias.

## **Filosofía.**

Dinámicas  
Concursos y competencias.

#### **TRANSVERSALIDAD CON LOS PROYECTOS**

- ✓ **DEMOCRACIA Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA**
- ✓ **EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD Y CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA**
- ✓ **POR NUESTRA TIERRA LAS MANOS Y LA CABEZA HAY QUE UTILIZAR**
- ✓ **EL EMPRENDIMIENTO ES CUESTIÓN DE COMPETENCIAS**
- ✓ **HUILENSIDAD**
- ✓ **ORNATO**
- ✓ **ATENCIÓN Y PREVENCIÓN DE RIESGOS Y DESASTRES**
- ✓ **APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE**
- ✓ **LEY 1014 DE FOMENTO A LA CULTURA Y EL EMPRENDIMIENTO**
- ✓ **EDUCACIÓN PARA LA PAZ**
- ✓ **CAMPAMENTO DE LECTURA**

## **16. ACTIVIDADES DE APOYO PARA ESTUDIANTES CON DIFICULTADES EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE**

El respeto por los ritmos de aprendizaje constituye un aspecto esencial en el desarrollo de la clase de educación física. La salud, las expectativas que está genera al igual que las necesidades en su formación y el esparcimiento del estudiante nos demanda una clase dinámica pero que a la vez respete o tenga en cuenta el carácter individual al igual que el grupal.

La inclusión es un tema obligado, necesario para la clase. No podemos bajo ninguna razón discriminar al estudiante que presenta alguna dificultad en su aprendizaje. Al igual que todos necesita aprender, entretenerse, divertirse, relacionarse, aprender con el otro u otros. En consecuencia, la Secretaria de Educación Departamental del Huila apoya las instituciones educativas con personal idóneo para la atención de estudiantes que presentan dificultades o condiciones especiales. Para el caso particular de “El Guadual” la profesional de apoyo Viviana Fajardo, realiza la asesoría a docentes de las diferentes áreas. Los diagnósticos elaborados nos permiten implementar tareas específicas de atención a dichos casos.

### **ACTIVIDADES DE REFUERZO**

Las ayudas tecnológicas (redes sociales) hoy en día nos permiten acceder a información para reforzar actividades técnico pedagógicas del área. El acompañamiento de padres de familia o adultos responsables representa una ayuda adicional para que el estudiante desarrolle las actividades de refuerzo o mejoramiento de su desempeño. Ejemplo, el niño que presenta dificultades para aprender a nadar y su padre lo acompaña a la piscina a realizar sus prácticas. El niño que practica o repasa en su casa, diferentes formas de saltar la soga, etc.

### **PLANEACIÓN DE ACTIVIDADES LÚDICAS GRUPALES (EL DESAFIO)**

Reforzar en los niños principalmente el aprender a escuchar, a seguir instrucciones, a obedecer, para ello se organizan concursos de habilidad, destreza y conocimiento del área y de otras áreas, enfrentándose un curso con otro.

### **JUEGO ME DIVIERTO Y APRENDO**

Estrategias lúdicas para el aprovechamiento del tiempo de ocio o cuando el estudiante no puede participar en el desarrollo de las actividades físicas de la clase por encontrarse sin el uniforme o afectado en su salud. Desarrollan actividades tales como lectura de textos a manera de reflexión, realizan sudokus, sopa de letras, acertijos, adivinanzas, etc.

## **ESTUDIANTES EN EMBARAZO**

Se establecen medidas que garanticen la integridad de la joven adolescente en condición de embarazo. Se siguen estrictamente las orientaciones médicas y se refuerzan actividades en la estudiante sobre su autocuidado. Se programan actividades pedagógicas para que la futura madre se prepare. Se brinda acompañamiento para que se apropie teóricamente del conocimiento requerido en este momento en aspectos tales como: Ejercicios que puede realizar, ejercicios que no debe realizar, alimentación, cuidados, estimulación del feto, etc. Todo esto en apoyo a su condición o estado y bajo la asesoría médica y acompañamiento familiar.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✓ Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte – 2010.
- ✓ El Juego, una Estrategia Importante – 2002.
- ✓ Educación Física: Programa de 6° a 11° una Alternativa Curricular – 2007.
- ✓ Ley 115 de 1994 (Ley general de educación).
- ✓ Oxford Word Magic – 2005.
- ✓ New Grand Chicago Universal Dictionary – 2008.
- ✓ Crónicas y Personajes. Remembranzas de mi Tierra – 2003.
- ✓ Guía Institucional. Fundación Manuel Mejía – 2008.
- ✓ Guía Pedagógica Docentes. Fundación Manuel Mejía – 2007.
- ✓ Catedra Riveriana – 2010.
- ✓ Constitución Política de Colombia – 1991.
- ✓ Ley 1014 de emprendimiento – 2006.
- ✓ Ley 181 de 1995 (Ley del deporte colombiano).
- ✓ Guía N° 21 Competencias Laborales Generales.
- ✓ Guía N° 6 Estándares básicos de competencias ciudadanas – 2004.